

KIROL EGITARAUUA

2. lauhilekoa

INFORMAZIO GARRANTZITSUA

1. lauhilekoan izena emandako pertsonak

Udal Kirol Egitarauko edozein taldetan jarduera egiten ari direnek -1. lauhilekoan onartu zituztelako- ez dute berriz ere izena eman beharko, ikasturte osorako eman baitzuten izena (ekainaren 1era arte, larunbata).

2. lauhilekoan jarraitu nahi ez baduzu, baja eskatu beharko duzu urtarrilaren 17a baino lehen, Aranguren Ibarreko Udalaren webean eskura dagoen formularioa betez. Bestela, 2. lauhilekoaren kuotari dagokion ordainagiria igorriko zaizu.



Jarduera batean
baja hartzeko
formularioa



KIROL EGITARAUA

2. lauhilekoa

INFORMAZIO GARRANTZITSUA

2.lauhilekorako izen-emate berriak

- **Borondatezko kirol jarduera hauetan izandako istripu edo lesioak norberak duen aseguruaren kargu joanen dira. EDOZEIN KIROL EDO JARDUERA FISIKO EGIN AURRETIK MEDIKUARI GALDETZEA AHOLKATZEN DA.**
- Igerileku estaliko jardueretan parte hartzeko, Aranguren Ibarreko Kiroldegian abonatu egon beharra dago (hitzarmen edota gizarte babeseko salbuespenezko egoerak izan ezik).
- Ikastaroetan ari diren 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 ezin dela igerilekuan sartu, bainujantzia eta oinetako egokiak jantzita ez baditugu.
- Hobariak kasuotan eska daitezke kuotan:
 - **% 10eko deskontua** haurrentzako jardueretan (kirol eskolak eta haur igeriketa) familia ugariko neska-mutilei, baldin eta Pertsona Fisikoen Errentaren gaineko Zergaren zerga-oinarriak familia unitateko kide bakoitzeko lanbidearteko gutxieneko soldata gainditzen ez badu.
 - **% 50eko deskontua** helduentzako jardueretan (3. Adinekoentzako mantentze gimnasia izan ezik) 2023. urtean edo lehenago 65 urte bete dituztenei, baldin eta Pertsona Fisikoen Errentaren gaineko Zergaren zerga-oinarriak familia unitateko kide bakoitzeko lanbidearteko gutxieneko soldata gainditzen ez badu.
 - Bi kasu horietan, hobariaren eskaera 2022. urteko errenta-aitorpenaren kopia batekin batera egin behar da
- Udal Kiroldegian egiten diren jardueretan **parte hartzen duten abonatu gabeko kirolariak** txartel bat eskatu behar dute **instalazioetara sartzeko**. Txartelaren truke 4 euro ordainduko dute, gehi 6 euro fidantza gisa (fidantza itzuliko da txartela itzultzearekin batera, jardueren denboraldia bukatzen denean).
- Jarduera batean lekua lortzen duten guztiek aipatu lekua baieztatu beharko dute, webean eskura dagoen baieztatze-formularioa betez. Behin jarduera **baieztatutakoan, ez da kuota itzultzerik izanen.**



Jarduera
batean lekua
baieztatzeko
formulazioa



2. lauhilekoa

AURRE-IZENEMATERAKO PROZEDURA

Udalaren Kirol Egitarauko jardueretan parte hartzeak aldaketak izanen ditu ikasturtean zehar, eta badaude leku libre batzuk 2. lauhilekorako (hasiera otsailak 12). Itxaron zerrendetan geratu ziren pertsoneri edo beste batzuei parte hartzeko aukera emateko, beste aurre-izenemate bat ezarri da, jardueretan eta/edo taldeetan egon daitezkeen leku libreak betetze aldera.

Aurre-izenemateak honako telefonoetara deituz egingen dira:

948012012 (doakoa tarifa laua duten telefono guztiendako)

012 (deiaaren kostua 0,34 euro)

2024ko urtarrilaren 15a, 16a eta 17a

Ordutegia 8:00etatik 18:00etara

IZENA EMATEKO PROZEDURA

Izen-ematea arintzeko, pertsona berberak, halaxe nahi badu, familia unitate bereko hainbat kide inskribatu ahalko ditu. Deia egiterakoan honako datu hauek eman beharko dira:

- Jarduera (**ez da aukeratuko ez taldea, ez ordutegia, maila bakarrik eta, hala nahi izanez gero, euskarazko taldea**).
- Jardueran parte hartuko duenaren izen-abizenak, jaioteguna eta NANA (halakorik badu).
- Parte hartzailea adin-gabea izanez gero, guraso edota tutore arduradunaren izen-abizenak.
- Helbidea, posta kodea, telefono zenbakia eta e-maila (SMS eta/edo e-mail bidezko oharrak errazteko, eskuko telefonoaren zenbakia eta helbide elektronikoa ematea eskertuko dugu).
- Zehaztu behar da parte hartuko duen pertsona Aranguren Ibarrean erroldatua dagoen edo ez.

LEKUAK BANATZEKO ZERRENDAK

Aurrez izena eman dutenak zozketan sartuko dira jardueretako leku hutsak banatzeko hurrenkera ezartze aldera. Zozketa, lehenik, ibarreko erroldatuen artean egingen da; bigarrenik, erroldatuta ez dauden baina instalazioetan abonatuak daudenen artean eta, hirugarrenik, aurrez izena emanik dauden gainerakoen artean.

Behin zozketa egindakoan, aurrez izena emandako pertsona guztien zerrendak jarriko dira ikusgai (kiroldegian eta webean) zozketak ezarritako hurrenkeraren arabera. Ondoko bi astean zehar, jardueretako leku hutsak esleituko dira, betiere aurrez kasuan kasuko pertsonari telefonoz dei eginez.

GARRANTZITSUA: Lehenengo txandan sortu ziren itxaron zerrendak zerrenda berriek ordezkatzeko dituzte. 2023ko abenduaren 31n jardueretarako itxaron zerrendan jarraitzen dutenek berriro deitu beharko dute izena emateko.



2. lauhilekoa

KIROL EGITARAUKO JARDUERAK

JARDUERAK IGERILEKU ESTALIAN (KIROLDEGIAN ABONATUAK DAUDENENDAKO BAKARRIK)

- **ESTIMULAZIOA UMETXOENTZAT** (18 – 36 hilabete) – taldeak: astelehen, astearte, asteazken eta ostegunetan, 16,30 - 17.00, eta larunbatetan, 11.00 - 11.30.
Kuota lauhilekoan: 31€
- **HAUR IGERIKETA HASTAPEN MAILA 0** (igerian ez dakiten 3 urtetik gorako haurrentzat) – Astelehenetik ostiralera, 17:00etatik aurrera, eta larunbatetan, goizean. Gaztelaniaz eta euskaraz.
Kuota lauhilekoan: 35€
- **HAUR IGERIKETA HASTAPEN MAILA 1** (flotazio materialarekin 2-3 metro igeri egiten duten 3 urtetik gorako haurrentzat) – Astelehenetik ostiralera, 17:00etatik aurrera, eta larunbatetan, goizean. Gaztelaniaz eta euskaraz.
Kuota lauhilekoan: 35€
- **HAUR IGERIKETA HOBETZE MAILA BEHEA** (flotazio materialik gabe metro batzuk igeri egiten duten 3 urtetik gorako haurrentzat) - Astelehenetik ostiralera, 17:00etatik aurrera, eta larunbatetan, goizean. Gaztelaniaz eta euskaraz.
Kuota lauhilekoan: 35€
- **HAUR IGERIKETA HOBETZE MAILA ALTUA** (Zabalera bat flotazio materialik gabe igeri egiten duten 3 urtetik gorako haurrentzat) – Astelehen eta asteazken arratsaldeetan, eta larunbat goizetan.
Kuota lauhilekoan: 35€
- **HAUR IGERIKETA ESKOLA** (metroak erraz igeri egin duten eta gainerako mailetan aritu diren 3 urtetik gorako haurrentzat) – Ostiral arratsaldeetan edo larunbat goizetan.
Kuota lauhilekoan: 37,5€
- **HELDUENTZAKO IGERIKETA HOBETZEA** (15 urtetik gora) – Astelehen eta asteazkenetan, 19:15etik 20:00etara.
Kuota lauhilekoan: 72€
- **URETAKO FITNESSA** (15 urtetik gora) - Al-Az edo Ar-Og 19:15etik 20:00etara
Kuota lauhilekoan: 72€
- **GIMNASIA LEUNA URETAN** (65 urtetik gorakoentzat edo Ibarrean erroldatutakoentzat. Leku liberrik badago, jarduera motaren bat egin beharra duten 65 urtetik behekoek eta abonatuak parte hartzen ahalko dute). Al-Az, 10:00etatik 10:45era eta 10:45etik 11:30era.
Kuota lauhilekoan: 72€



2. lauhilekoa

KIROL EGITARAUKO JARDUERAK

ACHAUR JARDUERAK (LEHORRA)

- **GIMNASIA ERRITMIKOKO ESKOLA** (6 urtetik gora)- Taldeak adinen eta mailen arabera ezartzen dira. Ar-Og 17:00etatik aurrera eta, Ostiraletan, 16:45etik aurrera. Kiroldegia.
*Kuota lauhilekoan: ERROL. 2 h. 58,5€ – EZ ERROL. 2 h. 116,5€
ERROL. 1 h. 29€–EZ ERROL.1 h. 58€. Lehiaketa ERROL.72,5€–EZ ERROL. 145€*
- **KARATE ESKOLA** (6 urtetik gora) - Taldeak adinen eta mailen arabera ezartzen dira. Al-Az 17:30etik aurrera. Kiroldegia.
Kuota lauhilekoan: ERROL. 58,5€ – EZ ERROL. 116,5€
- **ESKUPILOTA ESKOLA** (6 urtetik gora) - Taldeak adinen eta mailen arabera ezartzen dira. Astearte eta ostegunetan, 17:00etatik aurrera. Kiroldegia.
Kuota lauhilekoan: ERROL. 58,5€ – EZ ERROL. 116,5€
- **TENIS ESKOLA HAURRENTZAT** (6 urtetik gora)- Taldeak adinen eta mailen arabera ezartzen dira. Astelehen eta asteazkenetan, 17:00etatik aurrera. Gaztelaniaz eta euskaraz. Jarduera Aranguren Mendi Taldearen bidez egiten da (AMT). Kiroldegia.
*Kuota lauhilekoan: ERROL. 2 h. 77,5€ – EZ ERROL. 2 h. 180€
ERROL. 90 minutu 58,5€ – EZ ERROL.90 minutu 160€*
- **ESKALADA ESKOLA** (6 urtetik gora) - Taldeak adinen eta mailen arabera ezartzen dira. Astelehen eta asteazkenetan, 17:00etatik aurrera. Gaztelaniaz eta euskaraz. Jarduera Aranguren Mendi Taldearen bidez egiten da (AMT). Kiroldegia.
Kuota: AMTko bazkideek 20€ hileko – AMTko bazkide ez direnek 30€ hileko
- **JUMPING** (6 urtetik gora) - Asteazkenetan, 18.30-19.15. Kiroldegia.
Kuota lauhilekoan: ERROL. 29€ – EZ ERROL. 58€
- **KIROL ANITZA** (4 urtetik 6ra) - Ar-Og 17:15etik 18.00etara (euskaraz) eta Ar-Og 18:00etatik 18:45era (gaztelaniaz). Kiroldegia.
Kuota lauhilekoan: ERROL. 44€ – EZ ERROL. 87,5€
- **IRRISTAKETA** (7 urtetik gora) - Az-Or 18:00etatik 19:00etara. Kiroldegia.
Kuota lauhilekoan: ERROL. 58,5€– EZ ERROL. 116,5€





2. lauhilekoa

KIROL EGITARAUKO JARDUERAK

JARDUERAK GAZTEENTZAT ETA HELDUENTZAT (LEHORRA) – 15 urtetik gora

- **ENTRENAMENDU METABOLIKOA** - Ar-Og 19:00etatik 20:00etara eta 20:00etatik 21:00etara. Kiroldegia.
Kuota lauhilekoan: ERROL. 87€ – EZ ERROL. 115€
- **GAP** - Ar-Og 18:00etatik 19:00etara. Kiroldegia.
Kuota lauhilekoan: ERROL. 87€ – EZ ERROL. 115€
- **MANTENTZE GIMNASIA** - Al-Az-Or 9:30etik 10:30era eta Ar-Og 17:00etatik 18:00etara. Kiroldegia. Ar-Og 20:00etatik 21:00etara. Taxoare (herria).
Kuota lauhilekoan: ERROL. 3 h. 98€ – EZ ERROL. 3 h. 169€
ERROL. 2 h. 87€ – EZ ERROL. 2 h. 115€
- **PADELA** - Hainbat mailatako taldeak (hastapenetik hobetzera bitartera), hainbat ordutegitan (goizean, eguerdian eta arratsaldean) eta ordubetekoak hileko. Kiroldegia.
Kuota lauhilekoan: ERROL. 126€ – EZ ERROL. 192€
- **HIPOPILATES** - Al-Az 9:00etatik 10:00etara. Kiroldegia.
Kuota lauhilekoan: ERROL. 126€ – EZ ERROL. 192€
- **PILATES** - Hainbat mailatako taldeak astelehenetik ostegunera banatuta (Al-Az edo Ar-Og) goizeko eta arratsaldeko ordutegietan.. Kiroldegia.
Kuota lauhilekoan: TEEMPR. 1N26€0-WNO! ERROL. 192€
- **FITNES PROGRAMA** - 16 ordu hainbat jardueratan, astelehenetik ostiralera banatuta, goizeko eta arratsaldeko ordutegian: Zumba, Cardio HIIT, Aerobic-Step, Body Tonic, GAP+CORE, etab. Kiroldegia.
Kuota lauhilekoan: ERROL. 126€ – EZ ERROL. 192€
- **TAICHI** -Al-Az 20:00etatik 21:15era. Kultur Etxea.
Kuota lauhilekoan: ERROL. 98€ – EZ ERROL. 169€
- **TENISA** - Hainbat mailatako taldeak (hastapenetik hobetzera bitartera), astean bitan (60 min., Al-Az edo Ar-Og) edo astean behin (90 min., ostirala). Kiroldegia.
Kuota lauhilekoan: ERROL. 2 h. 133€ – EZ ERROL. 2 h. 233,5€
ERROL. 90 minutu 100€ – EZ ERROL. 90 minutu 175€
- **YOGA** - Grupos de un día a la semana o dos días a la semana en horario de mañana (Casa e Cultura) y tarde (ColegioSan Pedro)
Kuota lauhilekoan: ERROL. 1 sesión 57,5€- EZ ERROL. Saio 1, 101,5€
ERROL. 2 saio 115€ – EZ ERROL. 2 saio 203€

2. lauhilekoa

KIROL EGITARAUKO JARDUERAK

ADINEKOENDAKO JARDUERA (LEHORRA) – 65 urtetik gora

- **MANTENTZE GIMNASIA** - Ar-Og, 11:30etik 12:30era eta 12:30etik 13:30era. Kiroldegia.
Kuota lauhilekoan: ERROL. 31€ – EZ ERROL. 76€
- **PILATES 3. ADINA**- Al-Az 10:00 - 11:00 horas eta Ar-Og 10:00 - 11:00. Kiroldegia.
Kuota lauhilekoan: ERROL. 126€ – EZ ERROL.192€
- **BIZKAR OSASUNTSUA 3. ADINA** - Al-Az 11:30 - 12:30 (leku librerik gelditzen bada, jarduera hau egin beharra duten 65 urtetik beherakoek ematen ahalko dute izena). Kultur Etxea.
Kuota lauhilekoan: ERROL. 126€ – EZ ERROL.192€

BESTELAKO JARDUERAK

- **INDOOR ZIKLOA(SDRG Tajonar elkararekin elkarlanean)** - astean bi orduko hainbat talde (Al-Az edo Ar-Og), goizeko eta arratsaldeko ordutegian.
Kuota lauhilekoan: SDRG Tajonar galdetu behar da
- **MARTXA NORDIKOA, ATERALDIAK** - Igandero, 9:30etik 12:00etara, Kiroldegitik aterata eta bertara iritsita. Astero osteguna baino lehen eman behar da izena 20:00etan Kiroldegian sartzeko kontrolean edo 948 246 850ean.
Kuotak: Ateraldi 1 ERROL. 7€ – EZ ERROL. 10€
5 ateraldi ERROL. 28€ – EZ ERROL. 40 €
10 ateraldi ERROL.45,5 € – EZ ERROL. 65 €



Argibideak

Kontsultatu QR honetan jarduera, talde eta ordutegi guztiak.



2. lauhilekoa

2. LAUHILEKOKO EGUTEGIA

CALENDARIO PROGRAMA DEPORTIVO MUNICIPAL UDAL KIROL JARDUEREN EGUTEGIA CURSO 2023-2024 IKASTURTEA

FEBRERO - OTSAILA

L/AI	M/Ar	X/Az	J/Og	V/Or	S/L	D/I
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29			

MARZO - MARTXOA

L/AI	M/Ar	X/Az	J/Og	V/Or	S/L	D/I
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

ABRIL - APIRILA

L/AI	M/Ar	X/Az	J/Og	V/Or	S/L	D/I
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

MAYO - MAIATZA

L/AI	M/Ar	X/Az	J/Og	V/Or	S/L	D/I
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	

Inicio 2º cuatrimestre - 12 de febrero de 2024

x FINAL DEL CURSO: 1 junio 2024-KURTZOAREN AMAIERA: 2024 - ekainak, 1

x NO LECTIVOS - EZ ESKOLAKOAK

