

# CURSOS DE VERANO 2021

## AEROBIC

Adulto:18 €/mes

### JUNIO

#### PABELLÓN ESCUELA DE GIMNASIA

CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	Nº PLAZAS
VAE1	Lunes y miércoles de:	19:00 a 20:00	

### SEPTIEMBRE

#### PABELLÓN ESCUELA DE GIMNASIA

CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	Nº PLAZAS
VAE2	Lunes y miércoles de:	19:00 a 20:00	

## AQUAGYM

Adulto:18 €/mes

EDAD: Nacidos en 2005 y anteriores

### JUNIO

#### PISCINA DE VERANO DEL CAMPO ESCOLAR

CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	Nº PLAZAS
VAQ1	Lunes y miércoles de:	20:30 a 21:15	
VAQ2	Martes y jueves de:	20:30 a 21:15	

#### PISCINA DE VERANO DE AZUCAICA

VAQ3	Lunes y miércoles de:	11:00 a 11:45	
------	-----------------------	---------------	--

#### PISCINA DE VERANO DE STA. BÁRBARA

VAQ4	Lunes y miércoles de:	11:00 a 11:45	
VAQ5	Martes y jueves de:	11:00 a 11:45	

#### PISCINA DE VERANO DE BENQUERENCIA

VAQ6	Martes y jueves de:	20:30 a 21:15	
------	---------------------	---------------	--

### JULIO

#### PISCINA DE VERANO DEL CAMPO ESCOLAR

CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	Nº PLAZAS
VAQ7	Lunes y miércoles de:	20:30 a 21:15	
VAQ8	Martes y jueves de:	20:30 a 21:15	

#### PISCINA DE VERANO DE AZUCAICA

VAQ9	Lunes y miércoles de:	11:00 a 11:45	
------	-----------------------	---------------	--

#### PISCINA DE VERANO DE STA. BÁRBARA

VAQ10	Lunes y miércoles de:	11:00 a 11:45	
VAQ11	Martes y jueves de:	11:00 a 11:45	

#### PISCINA DE VERANO DE BENQUERENCIA

VAQ12	Martes y jueves de:	20:30 a 21:15	
-------	---------------------	---------------	--

### AGOSTO

#### PISCINA DE VERANO DEL CAMPO ESCOLAR

CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	Nº PLAZAS
VAQ13	Lunes y miércoles de:	20:30 a 21:15	
VAQ14	Martes y jueves de:	20:30 a 21:15	

#### PISCINA DE VERANO DE AZUCAICA

VAQ15	Lunes y miércoles de:	11:00 a 11:45	
-------	-----------------------	---------------	--

#### PISCINA DE VERANO DE STA. BÁRBARA

VAQ16	Lunes y miércoles de:	11:00 a 11:45	
-------	-----------------------	---------------	--

VAQ17	Martes y jueves de:	11:00 a 11:45	
<b>PISCINA DE VERANO DE BENQUERENCIA</b>			
VAQ18	Martes y jueves de:	20:30 a 21:15	

Obligatorio saber nadar

Horario de entrada en la instalación: 10 minutos antes del comienzo de la clase.

<b>CAMPAMENTO DEPORTIVO DE VERANO</b>			
ATLETISMO -BAILES- DEPORTE DE RAQUETA -YOGA - MINIFÚTSAL - GOADBALL -MINIBALOMPÍE- MINIRRITMO - MINIRUGBY - PISCINA - ORIENTACIÓN - PILATES INFANTIL - VOLEY PLAYA - TATAMI AQUAGYM- HOCKEY -ETC...			
52,50€/semana (5 días)			
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
<b>EDAD:</b> Nacidos de 2016 a 2017			
VCD01	21, 22, 23, 24 Y 25 de junio	8:00 a 15:00	
VCD02	28, 29, 30 de junio y 1,2 julio	8:00 a 15:00	
VCD03	5,6,7,8 y 9 de julio	8:00 a 15:00	
VCD04	12,13,14,15 y 16 de julio	8:00 a 15:00	
VCD05	19,20,21,22 y 23 de julio	8:00 a 15:00	
VCD06	26,27,28,29 y 30 de julio	8:00 a 15:00	
VCD07	2,3,4,5 y 6 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD08	9,10,11,12 y 13 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD09	16, 17,18,19 y 20 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD10	23,24,25,26, y 27 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD11	30,31 de agosto 1,2 y 3 de sept.	8:00 a 15:00	
<b>EDAD:</b> Nacidos de 2014 a 2015			
VCD12	21, 22, 23, 24 Y 25 de junio	8:00 a 15:00	
VCD13	28, 29, 30 de junio y 1,2 julio	8:00 a 15:00	
VCD14	5,6,7,8 y 9 de julio	8:00 a 15:00	
VCD15	12,13,14,15 y 16 de julio	8:00 a 15:00	
VCD16	19,20,21,22 y 23 de julio	8:00 a 15:00	
VCD17	26,27,28,29 y 30 de julio	8:00 a 15:00	
VCD18	2,3,4,5 y 6 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD19	9,10,11,12 y 13 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD20	16, 17,18,19 y 20 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD21	23,24,25,26, y 27 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD22	30,31 de agosto 1,2 y 3 de sept.	8:00 a 15:00	
<b>EDAD:</b> Nacidos de 2012 a 2013			
VCD23	21, 22, 23, 24 Y 25 de junio	8:00 a 15:00	
VCD24	28, 29, 30 de junio y 1,2 julio	8:00 a 15:00	
VCD25	5,6,7,8 y 9 de julio	8:00 a 15:00	
VCD26	12,13,14,15 y 16 de julio	8:00 a 15:00	
VCD27	19,20,21,22 y 23 de julio	8:00 a 15:00	
VCD28	26,27,28,29 y 30 de julio	8:00 a 15:00	
VCD29	2,3,4,5 y 6 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD30	9,10,11,12 y 13 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD31	16, 17,18,19 y 20 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD32	23,24,25,26, y 27 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD33	30,31 de agosto 1,2 y 3 de sept.	8:00 a 15:00	
<b>EDAD:</b> Nacidos de 2009 a 2011			
VCD34	21, 22, 23, 24 Y 25 de junio	8:00 a 15:00	
VCD35	28, 29, 30 de junio y 1,2 julio	8:00 a 15:00	
VCD36	5,6,7,8 y 9 de julio	8:00 a 15:00	

VCD37	12,13,14,15 y 16 de julio	8:00 a 15:00	
VCD38	19,20,21,22 y 23 de julio	8:00 a 15:00	
VCD39	26,27,28,29 y 30 de julio	8:00 a 15:00	
VCD40	2,3,4,5 y 6 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD41	9,10,11,12 y 13 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD42	16, 17,18,19 y 20 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD43	23,24,25,26, y 27 de agosto	8:00 a 15:00	
VCD44	30,31 de agosto 1,2 y 3 de sept.	8:00 a 15:00	
<b>SANTA MARIA DE BENQUERENCIA (P. ATLETISMO, PISCINA, PABELLÓN)</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
<b>EDAD:</b> Nacidos de 2016 a 2017			
VCD45	21, 22, 23, 24 Y 25 de junio	8:00 a 15:00	
VCD46	28, 29, 30 de junio y 1,2 julio	8:00 a 15:00	
VCD47	5,6,7,8 y 9 de julio	8:00 a 15:00	
<b>EDAD:</b> Nacidos de 2014 a 2015			
VCD48	21, 22, 23, 24 Y 25 de junio	8:00 a 15:00	
VCD49	28, 29, 30 de junio y 1,2 julio	8:00 a 15:00	
VCD50	5,6,7,8 y 9 de julio	8:00 a 15:00	
<b>EDAD:</b> Nacidos de 2012 a 2013			
VCD51	21, 22, 23, 24 Y 25 de junio	8:00 a 15:00	
VCD52	28, 29, 30 de junio y 1,2 julio	8:00 a 15:00	
VCD53	5,6,7,8 y 9 de julio	8:00 a 15:00	
<b>EDAD:</b> Nacidos de 2009 a 2011			
VCD54	21, 22, 23, 24 Y 25 de junio	8:00 a 15:00	
VCD55	28, 29, 30 de junio y 1,2 julio	8:00 a 15:00	
VCD56	5,6,7,8 y 9 de julio	8:00 a 15:00	

Obligatorio rellenar y entregar la hoja de datos de alergias

Obligatorio rellenar y entregar la hoja de movilidad

Venir con ropa deportiva, toalla y bañador (todos los días)

<b>FÚTBOL</b>				
2h:12 €/mes    2,5h:15 €/mes				
<b>JUNIO</b>				
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>				
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>INSTALACIÓN</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
<b>EDAD:</b> Nacidos del 13-14				
VFU01	Lunes y miércoles de:	17:15 a 18:15	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 11-12				
VFU02	Lunes y miércoles de:	17:15 a 18:15	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 09-10				
VFU03	Lunes y miércoles de:	18:15 a 19:30	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 07-08				
VFU04	Lunes y miércoles de:	18:15 a 19:30	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 05-06				
VFU05	Lunes y miércoles de:	19:30 a 20:45	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 11-12				
VFU06	Martes y jueves de:	17:30 a 18:30	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 09-10				
VFU07	Martes y jueves de:	17:15 a 18:30	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 07-08				
VFU08	Martes y jueves de:	18:30 a 19:45	Campo Fútbol	
<b>FÚTBOL - 8 FEMENINO</b>				
<b>EDAD:</b> Nacidas del 06-10				
VFU09	Martes y jueves de:	18:30 a 19:45	Campo Fútbol	
<b>CAMPO FÚTBOL CÉSPED ARTIFICIAL SANTA Mª DE BENQUERENCIA</b>				
<b>EDAD:</b> Nacidos en el 13-14				

VFU10	Lunes y miércoles de:	17:00 a 18:00	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos en el 11-12				
VFU11	Lunes y miércoles de:	18:00 a 19:00	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos en el 09-10				
VFU12	Lunes y miércoles de:	17:45 a 19:00	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos en el 05-06				
VFU13	Martes y jueves de:	17:45 a 19:00	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos en el 07-08				
VFU14	Martes y jueves de:	17:45 a 19:00	Campo Fútbol	
<b>PISTA ATLETISMO SANTA Mª DE BENQUERENCIA</b>				
<b>EDAD:</b> Nacidos del 07-08				
VFU15	Lunes y miércoles de:	16:45 A 18:00	Campo Fútbol	
<b>JULIO</b>				
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>				
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>INSTALACIÓN</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
<b>EDAD:</b> Nacidos del 13-14				
VFU16	Lunes y miércoles de:	21:00 a 22:00	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 11-12				
VFU17	Lunes y miércoles de:	21:00 a 22:00	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 09-10				
VFU18	Lunes y miércoles de:	21:00 a 22:00	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 07-08				
VFU19	Lunes y miércoles de:	21:00 a 22:00	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 05-06				
VFU20	Martes y jueves de:	21:00 a 22:00	Campo Fútbol	
<b>FÚTBOL - 8 FEMENINO</b>				
<b>EDAD:</b> Nacidas del 06-10				
VFU21	Martes y jueves de:	21:00 a 22:00	Campo Fútbol	
<b>SANTA BÁRBARA</b>				
<b>EDAD:</b> Nacidos en el 13-14				
VFU22	Lunes y miércoles de:	21:00 a 22:00	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos en el 11-12				
VFU23	Lunes y miércoles de:	21:00 a 22:00	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 09-10				
VFU24	Lunes y miércoles de:	21:00 a 22:00	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos en el 07-08				
VFU25	Martes y jueves de:	21:00 a 22:00	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos en el 05-06				
VFU26	Martes y jueves de:	21:00 a 22:00	Campo Fútbol	
<b>SEPTIEMBRE</b>				
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>				
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>INSTALACIÓN</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
<b>EDAD:</b> Nacidos del 14-15				
VFU27	Lunes y miércoles de:	17:15 a 18:15	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 12-13				
VFU28	Lunes y miércoles de:	17:15 a 18:15	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 10-11				
VFU29	Lunes y miércoles de:	18:15 a 19:30	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 08-09				
VFU30	Lunes y miércoles de:	18:15 a 19:30	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 06-07				
VFU31	Lunes y miércoles de:	19:30 a 20:45	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 12-13				
VFU32	Martes y jueves de:	17:30 a 18:30	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 10-11				
VFU33	Martes y jueves de:	17:15 a 18:30	Campo Fútbol	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 08-09				
VFU34	Martes y jueves de:	18:30 a 19:45	Campo Fútbol	
<b>FÚTBOL - 8 FEMENINO</b>				
<b>EDAD:</b> Nacidas del 07-11				

VFU35	Martes y jueves de:	17:15 a 18:30	Campo Fútbol	
<b>CAMPO FÚTBOL CÉSPED ARTIFICIAL SANTA M<sup>a</sup> DE BENQUERENCIA</b>				
<i>EDAD:</i> Nacidos en el 14-15				
VFU36	Lunes y miércoles de:	17:15 a 18:15	Campo Fútbol	
<i>EDAD:</i> Nacidos en el 12-13				
VFU37	Lunes y miércoles de:	17:15 a 18:15	Campo Fútbol	
<i>EDAD:</i> Nacidos en el 10-11				
VFU38	Martes y jueves de:	17:15 a 18:30	Campo Fútbol	
<i>EDAD:</i> Nacidos en el 06-07				
VFU39	Martes y jueves de:	17:15 a 18:30	Campo Fútbol	
<i>EDAD:</i> Nacidos en el 08-09				
VFU40	Martes y jueves de:	18:30 a 19:45	Campo Fútbol	
<b>CAMPO DE FÚTBOL PISTA DE ATLETISMO SANTA M<sup>a</sup> DE BENQUERENCIA</b>				
<i>EDAD:</i> Nacidos del 08-09				
VFU41	Lunes y miércoles de:	17:00 a 18:15	Campo Fútbol Pista de Atletismo	
<b>SANTA BÁRBARA</b>				
<i>EDAD:</i> Nacidos del 14-15				
VFU42	Lunes y miércoles de:	16:30 a 17:30	Campo Fútbol	
<i>EDAD:</i> Nacidos del 12-13				
VFU43	Lunes y miércoles de:	17:30 a 18:30	Campo Fútbol	

## FÚTBOL SALA

2h:12 €/mes

### JUNIO

#### ESCUELA DE GIMNASIA (PISTA EXTERIOR)

CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	Nº PLAZAS
--------	------	---------	-------------	-----------

*EDAD:* Nacidos del 2005-2008

VFS1	Lunes y miércoles de:	21:00 a 22:00	Pista Polideportiva	
------	-----------------------	---------------	---------------------	--

#### STA. M<sup>o</sup> DE BENQUERENCIA

*EDAD:* Nacidos en 2009-2014

VFS2	Martes y jueves de:	21:00 a 22:00	Pabellón	
------	---------------------	---------------	----------	--

### JULIO

#### STA. M<sup>o</sup> DE BENQUERENCIA

*EDAD:* Nacidos en 2009-2014

VFS3	Martes y jueves de:	10:00 a 11:00	Pabellón	
------	---------------------	---------------	----------	--

*EDAD:* Nacidos en 2005-2008

VFS4	Lunes y miércoles de:	10:00 a 11:00	Pabellón	
------	-----------------------	---------------	----------	--

### SEPTIEMBRE

#### ESCUELA DE GIMNASIA (PISTA EXTERIOR)

CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	Nº PLAZAS
--------	------	---------	-------------	-----------

*EDAD:* Nacidos del 05-08

VFS5	Lunes y miércoles de:	21:00 a 22:00	Pista Polideportiva	
------	-----------------------	---------------	---------------------	--

*EDAD:* Nacidos del 09-14

VFS6	Martes y jueves de:	21:00 a 22:00	Pista Polideportiva	
------	---------------------	---------------	---------------------	--

## GLUTEOS, ABDOMINALES Y PIERNAS (GAP)

Adulto: 18 €/mes

### JUNIO

*EDAD:* Nacidos en 2005 y anteriores

#### ESCUELA DE GIMNASIA (PISCINA DE VERANO)

CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	Nº PLAZAS
--------	------	---------	-------------	-----------

VGAP1	Lunes y miércoles de:	10:30 a 11:30	
<b>JULIO</b>			
<b>CAMPO ESCOLAR (PISCINA DE VERANO)</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VGAP2	Lunes y miércoles de:	9:30 a 10:30	
<b>AGOSTO</b>			
<b>SANTA BÁRBARA (PISCINA DE VERANO)</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VGAP3	Lunes y miércoles de:	10:00 a 11:00	
<b>SEPTIEMBRE</b>			
<b>SANTA Mª DE BENQUERENCIA (PABELLÓN)</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VGAP4	Lunes y miércoles de:	21:00 a 22:00	

## MANTENIMIENTO

AEROBIC- STEP -TONIFICACIÓN- CIRCUITOS - ZUMB -STRECHING  
Adulto: 16 €/mes

<b>JUNIO</b>			
EDAD: Nacidos en 2005 y anteriores			
<b>ESCUELA DE GIMNASIA (PISCINA DE VERANO)</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VMA1	Martes y jueves de:	10:30 a 11:30	
<b>JULIO</b>			
<b>CAMPO ESCOLAR (PISCINA DE VERANO)</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VMA2	Martes y jueves de:	9:30 a 10:30	
<b>AGOSTO</b>			
<b>SANTA BÁRBARA (PISCINA DE VERANO)</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VMA3	Martes y jueves de:	10:00 a 11:00	
<b>SEPTIEMBRE</b>			
<b>ESCUELA DE GIMNASIA (PABELLÓN)</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VMA4	Lunes y miércoles de:	9:30 a 10:30	

## MANTENIMIENTO MAYORES

12 €/mes

<b>JUNIO</b>			
EDAD: Nacidos en 1955 y anteriores			
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VMM1	Martes, jueves y viernes de:	10:00 a 11:00	
<b>JULIO</b>			
<b>PISCINA DE VERANO DE AZUCAICA</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VMM2	Martes, jueves y viernes de:	10:00 a 11:00	
<b>SEPTIEMBRE</b>			
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VMM3	Martes, jueves y viernes de:	10:00 a 11:00	

# MARCHA NÓRDICA

18 €/mes

## JUNIO

CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	Nº PLAZAS
<b>EDAD:</b> Nacidos del 10 y anteriores				
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>				
VMN1	Viernes de:	20:00 a 21:30 h.	Pabellón Escuela de Gimnasia Punto de encuentro	
<b>SANTA Mª DE BENQUERENCIA (PABELLÓN)</b>				
VMN2	Sábado de:	8:00 a 9:30 h.	Pabellón Polígono Punto de encuentro	
<b>SEPTIEMBRE</b>				
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>				
VMN3	Viernes de:	20:00 a 21:30 h.	Pabellón Escuela de Gimnasia Punto de encuentro	
<b>SANTA Mª DE BENQUERENCIA (PABELLÓN)</b>				
VMN4	Sábado de:	8:00 a 9:30 h.	Pabellón Polígono Punto de encuentro	

El punto de encuentro que aparece en el programa es para quedar los primeros días, después ese punto de encuentro podrá variar..

# MINIDEPORTE

12 €/mes

**EDAD:** Nacidos en 2015 AL 2016

## JUNIO

<b>ESCUELA DE GIMNASIA (PISTA CÉSPED ARTIFICIAL)</b>				
CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	Nº PLAZAS	
VMD1	Martes, jueves:	20:00 a 21:00		
<b>CAMPO DE FÚTBOL PISTA DE ATLETISMO SANTA Mª DE BENQUERENCIA</b>				
VMD3	Martes, jueves:	19:00 a 20:00		
<b>SEPTIEMBRE</b>				
<b>ESCUELA DE GIMNASIA (PISTA CÉSPED ARTIFICIAL)</b>				
CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	Nº PLAZAS	
VMD2	Martes, jueves:	20:00 a 21:00		

# MUSCULACIÓN

**Sistema de Abonado de Musculación.**  
(MAÑANAS DE 8:30 A 14:30) HORARIO VALLE: 22€/MES  
HORARIO COMPLETO: 32€/ MES

## JUNIO

**EDAD:** Adultos desde los 16 años

<b>SANTA Mª DE BENQUERENCIA</b>			
DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	
Sin profesor, de lunes a viernes de:	08:30 a 09:30 12:30 a 14:30	Pab. Gimnasio	
Con profesor, de lunes a viernes de:	09:30 a 12:30 16:30 a 22:00		
<b>JULIO</b>			
Sin profesor, de lunes a viernes de:	08:30 a 09:30 12:30 a 14:30	Pab. Gimnasio	

Con profesor, de lunes a viernes de:	09:30 a 12:30 16:30 a 22:00	
<b>AGOSTO (abierto del 17 al 31)</b>		
Sin profesor, de lunes a viernes de:	08:30 a 09:30 12:30 a 14:30	Pab. Gimnasio
Con profesor, de lunes a viernes de:	09:30 a 12:30 16:30 a 22:00	
<b>SEPTIEMBRE</b>		
Sin profesor, de lunes a viernes de:	08:30 a 09:30 12:30 a 14:30	Pab. Gimnasio
Con profesor, de lunes a viernes de:	09:30 a 12:30 16:30 a 22:00	

<b>NATACIÓN</b>				
10 sesiones: 27 €/mes    13 sesiones: 35 €/mes				
<b>PISCINA AZUCAICA</b>				
CÓDIGO	MESES	HORARIO	DÍAS (de lunes a viernes)	Nº PLAZAS
<b>EDAD:</b> Nacidos del 2015 al 2016				
VAZ1 (3)	Julio	20:30 a 21:15	1, 2, 5, 6, 7, 8, 9, 12, 13 y 14	
<b>EDAD:</b> Nacidos del 2017 al 2020				
Grupo para bebés, obligatoria la permanencia en la clase, y dentro del agua, del padre, madre o tutor. Cada bebé deberá estar con un adulto.				
VAZ2 (3)	Julio	20:30 a 21:00	19, 20, 21, 22, 23, 26, 27, 28, 29 y 30	
<b>PISCINA STA. BÁRBARA</b>				
<b>EDAD:</b> Nacidos en 2007 al 2015				
VS1 (5)	Julio	20:30 a 21:20	1, 2, 5, 6, 7, 8, 9, 12, 13 y 14	
VS2 (3)	Julio	20:30 a 21:20	19, 20, 21, 22, 23, 26, 27, 28, 29 y 30	
<b>PISCINA STA. M<sup>a</sup> DE BENQUERENCIA</b>				
<b>Curso mensual mes de julio</b>				
<b>lunes, miércoles y viernes (13 sesiones).</b>				
<b>EDAD:</b> Nacidos en 2007 al 2015				
VPO1(5)	Julio nivel 0-1	20:30 a 21:20	2, 5, 7, 9, 12, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28 y 30	

Se establecerán diferentes grupos dependiendo del nivel de los alumnos.

<b>PADEL INICIACIÓN</b>			
2 horas Infantil: 33,34 €/mes    2 horas Adulto: 48 €/mes			
<b>JUNIO</b>			
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>			
CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	Nº PLAZAS
<b>EDAD:</b> Nacidos en 2006 a 2010			
VPD01(2) Infantil	Lunes y miércoles de:	20:00 a 21:00	
<b>EDAD:</b> Nacidos en 2005 y anteriores			
VPD02 (3)Adultos	Lunes y miércoles de:	21:00 a 22:00	
<b>JULIO</b>			
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>			
CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	Nº PLAZAS
<b>EDAD:</b> Nacidos en 2006 a 2010			
VPD03 Infantil	Lunes y miércoles de:	9:00 a 10:00	
<b>EDAD:</b> Nacidos en 2005 y anteriores			



VPD04 Adultos	Lunes y miércoles de:	21:00 a 22:00	
<b>AGOSTO</b>			
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
<b>EDAD:</b> Nacidos en 2006 a 2010			
VPD05 Infantil	Lunes y miércoles de:	9:00 a 10:00	
<b>EDAD:</b> Nacidos en 2005 y anteriores			
VPD06 Adultos	Lunes y miércoles de:	21:00 a 22:00	
<b>SEPTIEMBRE</b>			
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
<b>EDAD:</b> Nacidos en 2006 a 2010			
VPD07 Infantil	Lunes y miércoles de:	20:00 a 21:00	
<b>EDAD:</b> Nacidos en 2005 y anteriores			
VPD08 Adultos	Lunes y miércoles de:	21:00 a 22:00	

## PADEL PERFECCIONA

2 horas Infantil: 33,34 €/mes      2 horas Adulto: 48 €/mes

### JUNIO

#### ESCUELA DE GIMNASIA

CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	Nº PLAZAS
<b>EDAD:</b> Nacidos en 2005 y anteriores			
VPD09 Adultos	Lunes y miércoles de:	20:00 a 21:00	
VPD10 Adultos	Martes y Jueves s de:	21:00 a 22:00	

## COPA de PADEL

8 partidos Infantil: 32 €      8 partidos Adulto: 48 €

### JUNIO a SEPTIEMBRE

**EDAD:** Nacidos en 2010 y anteriores

#### ESCUELA DE GIMNASIA

**VCPD** Los grupos se establecen por edad y nivel

Horario a convenir por las parejas De 8:00 a 9:30 todos los días incluidos sábados y domingos y de 20:30 a 22:00 de lunes a viernes. (Previa reserva en 925-21-08-13)

## PATINAJE LINEA

8 €/mes

### JUNIO

**EDAD:** Nacidos en 2014 y anteriores

#### ESCUELA DE GIMNASIA (PISTA POLIDEPORTIVA EXTERIOR)

CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	Nº PLAZAS
VPL1	Sábado:	9:00 a 10:00	
<b>SEPTIEMBRE</b>			
<b>ESCUELA DE GIMNASIA (PISTA POLIDEPORTIVA EXTERIOR)</b>			
CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	Nº PLAZAS
VPL2	Sábado:	9:00 a 10:00	

## PILATES

Adulto: 30 €/mes

### JUNIO

<b>EDAD:</b> Nacidos en 2005 y anteriores			
<b>PABELLÓN JAVIER LOZANO</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VPI1	Martes y jueves de:	21:00 a 22:00	
VPI4	Viernes de:	18:00 a 19:00	
<b>STA. M ° DE BENQUERENCIA (SALA)</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VPI5	Lunes y miércoles de:	09:30 a 10:30	
<b>JULIO</b>			
<b>STA. M ° DE BENQUERENCIA (SALA)</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VPI2	Martes y jueves de:	21:00 A 22:00	
<b>SEPTIEMBRE</b>			
<b>PABELLÓN JAVIER LOZANO</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VPI3	Martes y jueves de:	21:00 a 22:00	
VPI6	Viernes de:	18:00 a 19:00	
<b>STA. M ° DE BENQUERENCIA (SALA)</b>			
<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VPI7	Lunes y miércoles de:	09:30 a 10:30	

“Pilates” es un método de acondicionamiento físico completo. Busca el alargamiento, la flexibilidad y la tonificación de todos los grupos musculares coordinando la respiración y la relajación activa.

## SENDERISMO

Precio por ruta 2 €

### 25 de JUNIO (senda de los lecheros)

VSE1 Ruta nocturna con luna llena	21:30 a 23:30	
-----------------------------------	---------------	--

### 18 de SEPTIEMBRE (olivares milenarios)

VSE2 Ruta nocturna con luna llena	21:00 a 24:00	
-----------------------------------	---------------	--

Rutas guiadas, suaves, por los alrededores de Toledo. Se recomienda linterna o frontal, ropa y zapatillas cómodas.

Las rutas comienzan con puntualidad, irán saliendo grupos de 15 con su monitor. Actividad para todas las edades, los niños menores de 14 años están bajo la tutela de sus padres o tutores y deberán rellenar la hoja de autorización en el momento de la inscripción. Estos nunca podrán ir solos a las rutas.

## TAICHI

Adulto: 15 €/mes

### JUNIO

**EDAD:** Nacidos en 2005 y anteriores

#### ESCUELA DE GIMNASIA (SALA POLIVALENTE)

<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VTC1	Lunes y miércoles de:	10:30 a 11:30	

### SEPTIEMBRE

#### ESCUELA DE GIMNASIA (SALA POLIVALENTE)

<b>CÓDIGO</b>	<b>DÍAS</b>	<b>HORARIO</b>	<b>Nº PLAZAS</b>
VTC2	Lunes y miércoles de:	10:30 a 11:30	

## TENIS

Curso 2 horas/semana:    Infantil 24 €/mes    Adultos 32 €/mes  
Curso 3 horas/semana:                                       Adultos 48 €/mes

### JUNIO

<b>EDAD:</b> Nacidos en 2016 y anteriores								
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>								
DIAS	HORARIO	PISTA 1		PISTA 2		PISTA 3		PISTA 4
L-X	19:00 a 20:00	PT 0-1-2	VT01	N 3-4-5	VT02	I 3-4-5	VT03	
L-X	20:00 a 21:00	I 0-1-2	VT04	I 3-4-5	VT05	N 0-1-2	VT06	
L-X	21:00 a 22:00	A 3-4	VT07	A 4-5	VT08	A 5-6	VT09	A1-2 VT33
M-J	19:00 a 20:30	A 4-5	VT10	A 5-6	VT11			
M-J	20:30 a 22:00	A 4-5	VT12	A 5-6	VT13			
<b>JULIO</b>								
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>								
DIAS	HORARIO	PISTA 1		PISTA 2		PISTA 3		
L-X	21:00 a 22:00	A 5-6	VT14	A 4-5	VT15	I 3-4-5	VT16	
<b>AGOSTO</b>								
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>								
DIAS	HORARIO	PISTA 1		PISTA 2		PISTA 3		
L-X	21:00 a 22:00	A 5-6	VT17	A 4-5	VT18	I 3-4-5	VT19	
<b>SEPTIEMBRE</b>								
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>								
DIAS	HORARIO	PISTA 1		PISTA 2		PISTA 3		
L-X	19:00 a 20:00	PT 0-1-2	VT20	N 3-4-5	VT21	I 3-4-5	VT22	
L-X	20:00 a 21:00	I 0-1-2	VT23	I 3-4-5	VT24	N 0-1-2	VT25	
L-X	21:00 a 22:00	A 3-4	VT26	A 4-5	VT27	A 5-6	VT28	
M-J	19:00 a 20:30	A 4-5	VT29	A 5-6	VT30			
M-J	20:30 a 22:00	A 4-5	VT31	A 5-6	VT32			

NOTAS: cada alumno se apunta en su nivel, en las horas y meses elegidos. Los alumnos del P.D.M., en el último nivel asignado y los nuevos, en el que le den en la prueba de nivel.

Se forman los grupos por orden de inscripción, en el caso de no completarse algún nivel se podrá ajustar a otro similar.


Los alumnos se presentarán el primer día a su hora en la pista 2 y allí se les asignará el grupo y la pista. Aprendizaje y desarrollo de las destrezas del Tenis. Técnica individual. Reglamentación.

NOMENCLATURA      PT = Nacidos en 14, 15 y 16  
                               N = Nacidos en 10, 11, 12 y 13  
                               I = Nacidos en 06, 07, 08 y 09  
                               A = Nacidos en 05 y anteriores  
                               1-2 = Indica el nivel del alumno

<b>COPA de TENIS</b>
8 partidos Infantil: 24 €      8 partidos Adulto: 32 €
<b>JUNIO a SEPTIEMBRE</b>
<b>EDAD:</b> Nacidos en 2010 y anteriores
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>
<b>VCTE</b> Los grupos se establecen por edad y nivel
Horario a convenir por las parejas De 8:00 a 11:00 todos los días incluidos sábados y domingos y de 20:30 a 22:00 de lunes a viernes. (Previa reserva en 925-21-08-13)

<b>YOGA</b>			
Adulto: 24 €/mes			
<b>JUNIO</b>			
<b>EDAD:</b> Nacidos en 2005 y anteriores			
<b>ESCUELA DE GIMNASIA</b>			
<b>CÓDIGO</b> <b>DÍAS</b> <b>HORARIO</b> <b>INSTALACIÓN</b> <b>Nº PLAZAS</b>			
VYGI      Lunes y miércoles de:	9:00 a 10:30	Pab. Sala Polivalente	

STA. M <sup>a</sup> . DE BENQUERENCIA				
VYG2	Martes y jueves de:	9:00 a 10:30	Pab. Sala Polivalente	
JULIO				
ESCUELA DE GIMNASIA (PISCINA DE VERANO)				
VYG3	Martes y jueves de:	20:30 a 22:00	Piscina de Verano	
SANTA BÁRBARA (PISCINA DE VERANO)				
CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	Nº PLAZAS
VYG4	Lunes y miércoles de:	9:30 a 11:00	Piscina de Verano	
PISCINA DE VERANO DE AZUCAICA				
VYG5	Martes y jueves de:	9:15 a 10:45	Piscina de Verano	
SEPTIEMBRE				
ESCUELA DE GIMNASIA				
CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	Nº PLAZAS
VYG6	Lunes y miércoles de:	9:00 a 10:30	Pab. Sala Polivalente	
STA. M <sup>a</sup> . DE BENQUERENCIA				
VYG7	Martes y jueves de:	9:00 a 10:30	Pab. Sala Polivalente	

				
Adulto: 18 €/mes				
JUNIO				
<i>EDAD:</i> Nacidos en 2005 y anteriores				
ESCUELA DE GIMNASIA				
CÓDIGO	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	Nº PLAZAS
VZU1	Lunes y miércoles de:	20:00 a 21:00	Pab. Sala Polivalente	
STA. M <sup>a</sup> . DE BENQUERENCIA				
VZU2	Martes y jueves de:	20:00 a 21:00	Pabellón 1/3	
JULIO				
ESCUELA DE GIMNASIA (PISCINA DE VERANO)				
VZU3	Lunes y miércoles de:	21:00 a 22:00	Piscina de Verano	
SANTA BÁRBARA (PISCINA DE VERANO)				
VZU4	Martes y jueves de:	10:00 a 11:00	Piscina de Verano	
PISCINA DE VERANO DE AZUCAICA				
VZU5	Martes y jueves de:	10:45 a 11:45	Piscina de Verano	
VZU6	Lunes y miércoles de:	20:30 a 21:30	Piscina de Verano	
AGOSTO				
STA. M <sup>a</sup> . DE BENQUERENCIA (PISCINA DE VERANO)				
VZU7	Lunes y miércoles de:	9:00 a 10:00	Piscina de Verano	
SEPTIEMBRE				
ESCUELA DE GIMNASIA				
VZU8	Lunes y miércoles de:	20:00 a 21:00	Pab. Sala Polivalente	
STA. M <sup>a</sup> . DE BENQUERENCIA				
VZU9	Martes y jueves de:	20:00 a 21:00	Pabellón 1/3	