



ACTIVIDADES DIRIGIDAS 2022-2023

Información

Calendario:

- Fecha de inicio: 3 de octubre en caso de completar el número mínimo de inscritos, empezando el 12 de septiembre en caso de que hubiese suficientes inscripciones.
- Fecha fin: 30 de junio de 2022.
- Las clases se suspenden en: **Navidad**, del 23 de diciembre al 6 de enero ambos incluidos; **Día fiesta infantil de Carnaval**; **Semana Santa** del 03 al 10 de abril ambos incluidos y **Día Fiesta infantil de Halloween**.

Inscripciones:

- Desde el 8 de Agosto hasta el 19 de Septiembre.
- Se realizarán rellenando el formulario de inscripción. Se adjudicarán las plazas por riguroso orden de inscripción, salvo l@s alumn@s que hayan completado el curso anterior que tendrán preferencia al elegir sus horarios.
- Los nuevos alumnos/as podrán asistir un día como prueba sin cargo.
- Se permite la inscripción de no socios en las Actividades Dirigidas, pero solo en el caso de que las plazas no sean cubiertas por socios.

Grupos:

- Número mínimo para confirmar grupo 8 alumn@s. En Yoga el grupo mínimo será de 10 alumn@s. En entrenamiento personal el mínimo será de 3 alumn@s
- Número máximo por grupo, 14 alumn@s + monitora. En entrenamiento personal el máximo será de 4 alumn@s.
- Una vez iniciado el curso, si se producen bajas de forma que queden menos inscritos que el número mínimo, podrían suspenderse las clases de ese tramo horario dando a l@s alumn@s la posibilidad de integrarse en otros grupos en el siguiente trimestre
- Confirmación de los grupos: se confirmarán una vez cerradas inscripciones el día 19 de septiembre, salvo que algún grupo tenga suficientes inscritos para empezar el 12 de septiembre que se comunicará con anterioridad.

Pagos:

- La mensualidad de las clases será girada en el recibo mensual.
- Con el objeto de poder dar la mayor estabilidad al grupo y profesor contratado, **las clases se garantizan por trimestres, estando el alumnado obligado a abonar el trimestre completo, octubre-diciembre, enero-marzo, abril-junio.**

Pilates:

- Se debe respetar el grupo asignado y no se podrá cambiar de grupo para recuperar clases perdidas.
- Los grupos son de dos días semanales, en el caso de querer asistir solo un día a la semana solo podrá ser los martes en horario de 15:30h a 16:30h
- Igualmente, en el caso de querer asistir 3 días a la semana solo podrá ser los martes en horario de 10:00h a 11:00h o de 15:30h a 16:30h

Se recomienda traer esterilla propia para la realización de las actividades.

LOS HORARIOS DE PILATES CON BELÉN DURANTE EL MES DE SEPTIEMBRE SERÁN ÚNICAMENTE LOS LUNES Y MIÉRCOLES A ELEGIR (MIN 5 ALUMNAS PARA CONFIRMAR GRUPO):

- 11:30H-12:30H
- 15:30H-16:30H
- 16:30H-17:30H
- 19:00H-20:00H

EN OCTUBRE YA SE EMPIEZA CON LOS HORARIOS NORMALES DEL CURSO.

Horarios curso		LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
10h00-10h30	PILATES <i>Belén</i>	PILATES <i>Belén</i>				
10h30-11h00						
11h00-11h30	PILATES <i>Belén</i>	YOGA*	PILATES <i>Belén</i>	YOGA*	ENTRENADOR PERSONAL	
11h30-12h00						
12h00-12h30					ENTRENADOR PERSONAL	
12h30-13h00						
13h00-13h30					ENTRENADOR PERSONAL	
13h30-14h00						
14h00-14h30					ENTRENADOR PERSONAL	
14h30-15h00						
15h30-16h00	PILATES <i>Belén</i>		PILATES <i>Belén</i>	PILATES <i>Belén</i>		
16h00-16h30		ZUMBA			ZUMBA	
16h30-17h00	PILATES <i>Belén</i>			PILATES <i>Belén</i>		
17h00-17h30						ENTRENADOR PERSONAL
17h30-18h00						
18h00-18h30	PILATES <i>Belén</i>	BRIDGE***		PILATES <i>Belén</i>	BRIDGE***	ENTRENADOR PERSONAL
18h30-19h00						
19h00-19h30	PILATES <i>Belén</i>			PILATES <i>Belén</i>		ENTRENADOR PERSONAL
19h30-20h00						
20h00-20h30	PILATES <i>Belén</i>			PILATES <i>Belén</i>		ENTRENADOR PERSONAL
20h30-21h00						
21h00-21h30	YOGA**	ZUMBA	YOGA**	ZUMBA		
21h30-22h00						

*YOGA: HORARIO DE 11:00h A 12:15h

**YOGA: HORARIO DE 21:00h A 22:15h

***BRIDGE: HORA A CONVENIR CON LA PROFESORA, EN CASO DE QUERER ASISTIR A CLASES OTRO/S DÍA/S QUENO SEAN LUNES Y JUEVES CONSULTAR EN ADMINISTRACIÓN DISPONIBILIDAD

Tarifas

	SESIONES SEMANALES	SOCIOS	NO SOCIOS
PILATES	1	19€	38€
	2	29€	58€
ZUMBA	2	29€	58€
BRIDGE	2	23€	46€
YOGA/YOGA HATHA	2	33€	66€
ENTRENADOR PERSONAL	1	64€	74€

CLASES PARTICULARES ENTRENADOR PERSONAL

Realizar un entrenamiento eficiente para lograr tus objetivos, contando con un Entrenador Personal que se encargará de diseñar y llevar a la práctica un programa único, hecho a medida exclusivamente para ti en función de tus características y necesidades.

- Las clases tendrán una duración de 1 hora aproximadamente.
- Máximo 2 personas

TARIFAS

1 sesión semanal 104€/mes

2 sesiones semanales 204€/mes

3 sesiones semanales 304€/mes

* La segunda persona incrementa el precio en 44€/mes. Invitados de socios 64€/mes

Si lo que se desea es una clase particular suelta, el precio para socio por cada clase sería de 39€