



ACTIVIDADES DIRIGIDAS 2024-2025

Información

Calendario:

- Fecha de inicio: 1 de octubre en caso de completar el número mínimo de inscritos, empezando el 9 de septiembre en caso de que hubiese suficientes inscripciones.
- Fecha fin: 27 de junio de 2025.
- Las clases se suspenden en: **Navidad**, se suspenden las clases desde el 24 de diciembre al 6 de enero, ambos incluidos. **Fiestas infantiles**: Puede que por necesidades operativas tengan que suspenderse las clases en las fiestas infantiles de Halloween y carnaval.

Inscripciones:

- Desde el 14 de agosto hasta 16 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 preparación física el mínimo será de 2 alumn@s y el máximo de 5. Las clases con entrenador personal serán de máximo 2 personas.
- Número máximo por grupo, 14 alumn@s + monitora.
- 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 a partir del 17 de Septiembre, salvo que algún grupo tenga suficientes inscritos para empezar el 9 de septiembre que se comunicará con anterioridad.

Pagos:

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

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 16:20h
- Igualmente, en el caso de querer asistir 3 días a la semana solo podrá ser los martes en horario de 10:00h a 10:50h o de 15:30h a 16:20h

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 8 alumnas para confirmar grupo):

- 11:00H-11:50H
- 15:30H-16:20H
- 16:30H-17:20H
- 19:00H-19:50H
- 20:00H-20:50H
- 21:00H-21:50H

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>	PILATES <i>Belén</i>	PILATES <i>Belén</i>		ENTRENADOR PERSONAL
10h30-11h00						ENTRENADOR PERSONAL
11h00-11h30	PILATES <i>Belén</i>	YOGA <i>Ana</i>	PILATES <i>Belén</i>	YOGA <i>Ana</i>		ENTRENADOR PERSONAL <u>COMPLETO</u>
11h30-12h00						ENTRENADOR PERSONAL <u>COMPLETO</u>
12h00-12h30						ENTRENADOR PERSONAL <u>COMPLETO</u>
12h30-13h00					PREPARACIÓN FÍSICA	ENTRENADOR PERSONAL <u>COMPLETO</u>
13h00-13h30						
13h30-14h00						
14h00-14h30						
14h30-15h00						
15h30-16h00	PILATES <i>Belén</i> <u>COMPLETO</u>		PILATES <i>Belén</i>	PILATES <i>Belén</i> <u>COMPLETO</u>		
16h00-16h30						
16h30-17h00	PILATES <i>Belén</i> <u>COMPLETO</u>			PILATES <i>Belén</i> <u>COMPLETO</u>	--	
17h00-17h30			PREP. FÍSICA			ENTRENADOR PERSONAL <u>COMPLETO</u>
17h30-18h00						ENTRENADOR PERSONAL <u>COMPLETO</u>
18h00-18h30	PILATES <i>Belén</i>	BRIDGE** *	PREPARACIÓN FÍSICA	PILATES <i>Belén</i>	PREP. FÍSICA	BRIDGE** *
18h30-19h00						ENTRENADOR PERSONAL <u>COMPLETO</u>
19h00-19h30	PILATES <i>Belén</i> <u>COMPLETO</u>		PREPARACIÓN FÍSICA	PILATES <i>Belén</i> <u>COMPLETO</u>	PREP. FÍSICA	ENTRENADOR PERSONAL <u>COMPLETO</u>
19h30-20h00						ENTRENADOR PERSONAL <u>COMPLETO</u>
20h00-20h30	PILATES <i>Belén</i> <u>COMPLETO</u>		PREPARACIÓN FÍSICA	PILATES <i>Belén</i> <u>COMPLETO</u>	PREP. FÍSICA	ENTRENADOR PERSONAL <u>COMPLETO</u>
20h30-21h00						ENTRENADOR PERSONAL <u>COMPLETO</u>
21h00-21h30	PILATES <i>Belén</i> <u>COMPLETO</u>	YOGA <i>Bluette</i>	PREP. FÍSICA	PILATES <i>Belén</i> <u>COMPLETO</u>	YOGA <i>Bluette</i>	PREP. FÍSICA
21h30-22h00						

*Las clases de pilates son de 50 minutos

*En Navidad se suspenden las clases desde el 24 de diciembre al 6 de enero, ambos incluidos.

***BRIDGE: HORA A CONVENIR CON LA PROFESORA, EN CASO DE QUERER ASISTIR A CLASES OTRO/S DÍA/S QUE NO SEAN LUNES Y JUEVES CONSULTAR EN ADMINISTRACIÓN DISPONIBILIDAD

Tarifas

	SESIONES SEMANALES	SOCIOS	NO SOCIOS
PILATES	1	23€	50€
	2	33€	70€
ZUMBA	2	29€	58€
BRIDGE	2	23€	46€
YOGA	2	33€	66€
ENTRENADOR PERSONAL	1	104€*	
	2	204€*	
	3	304€*	
PREPARACIÓN FÍSICA (ADULTOS)	1	39€	58€
	2	67€	100€
PREPARACIÓN FÍSICA (Menores de edad)	1	27€	40€
	2	43€	65€

*Segunda persona socia +44€ sobre el precio, segunda persona no socia +64€ sobre el precio