

| <b>POLIDEPORTIVO</b> |             |             |
|----------------------|-------------|-------------|
| LUNES a VIERNES      | SABADO      | DOMINGO     |
| 9:00-14:00           | 10:00-14:00 | 10:00-14:00 |
| 17:00-22:00          | 17:00-22:00 | 17:00-21:00 |

| <b>SALA DE MUSCULACIÓN</b> |             |         |
|----------------------------|-------------|---------|
| LUNES a VIERNES            | SABADO      | DOMINGO |
| 9:30-13:00                 | 10:00-13:00 |         |
| 17:00-22:00                |             |         |

### **PONTE EN CONTACTO**

C. Eras de Arriba, 50, 28729

Navalafuente, Madrid

600 209 482

polideportivo@navalafuente.org



\*Reserva en la APP de SPORTTIA la asistencia a las actividades de fitness y sala de musculación

### **MATRÍCULA: 12€/persona**

Incluye seguro de accidentes de Octubre 2022 a Septiembre 2023 (duración de temporada)

**GIMNASIO: 25€/mes**

**ACTIVIDADES COLECTIVAS: 27€/mes**

**GIMNASIO+ACTIVIDADES COLECTIVAS:  
30€/persona**

#### **DÍA SUELTO**

Gimnasio: 5€

Gimnasio + Actividades colectivas: 6€

#### **BONO (10 sesiones)**

Gimnasio: 35€

Gimnasio + Actividades colectivas: 40€

## **25€/mes en GIMNASIO + ACTIVIDADES COLECTIVAS**

Para mayores de 60 años, jóvenes menores de 26 años, familia numerosa, familia activa, desempleados, pensionistas y personas con un grado de discapacidad igual o superior a 33%

\*Las bonificaciones no son acumulables entre sí

### **INSCRIPCIONES**

Antiguos alumnos:

*Del 16 al 25 de septiembre*

Nuevos alumnos:

*a partir del 26 de septiembre*

# Actividades deportivas

## 2022-2023

# Actividades



## Escalada Infantil

**EDAD:** De 5 a 9 años  
**DÍAS:** Lunes y/o jueves, sábado  
**HORARIO:** De 17:15 a 18:15  
**PRECIO:** 12€/mes (Lunes o Jueves)  
 18€/mes (Lunes y Jueves)  
 12€/mes (Sábado)



## Escalada juvenil

**EDAD:** De 10 a 16 años  
**DÍAS:** Lunes y/o jueves, sábado  
**HORARIO:** De 18:30 a 19:30  
**PRECIO:** 12€/mes (Lunes o Jueves)  
 18€/mes (Lunes y Jueves)  
 12€/mes (Sábado)



## Escalada Adulto

**EDAD:** A partir de 16 años  
**DÍAS:** Lunes y/o jueves, sábado  
**HORARIO:** de 19:45 a 21:15  
**PRECIO:** 20€/mes (Lunes o Jueves)  
 36€/mes (Lunes y Jueves)  
 20€/mes (sábado)



## Gimnasia Rítmica Competición

**EDAD:** De 6 a 16 años  
**DÍAS:** Martes, jueves y viernes  
**HORARIO:** De 18:45 a 20:45 (Martes y Jueves)  
 de 17:00 a 19:00 (Viernes)  
**PRECIO:** 26€/mes



## Cross Kids

**EDAD:** De 6 a 16 años  
**DÍAS:** Lunes  
**HORARIO:** De 17:30 a 18:30  
**PRECIO:** 12€/mes



## Peque Gym

**EDAD:** De 1 a 5 años  
**DÍAS:** Martes  
**HORARIO:** De 17:15 a 18:15  
**PRECIO:** 12€/mes



## Telas aéreas Infantil

**GRUPOS:** Iniciación (I) / Medio (M) / Avanzado (A)  
**DÍAS:** Lunes y/o miércoles  
**HORARIO (I)** De 17:30 a 18:30 / **(M)** De 18:30 a 20:00 / **(A)** De 20:00 a 21:30  
**PRECIO I :** 12€/mes (1 día)  
 18€/mes (2 días)  
**PRECIO M y A:** 15€/mes (1 día)  
 22€/mes (2 días)



## Telas aéreas Adultos

**GRUPOS:** Iniciación (I) / Medio (M) / Avanzado (A)  
**DÍAS:** Lunes y/o miércoles  
**HORARIO (I)** De 17:30 a 18:30 / **(M)** De 18:30 a 20:00 / **(A)** De 20:00 a 21:30  
**PRECIO I :** 14€/mes (1 día)  
 26€/mes (2 días)  
**PRECIO M y A:** 20€/mes (1 día)  
 36€/mes (2 días)

# Inicio Actividades 3 OCT



## Frontenis

**EDAD:** De 6 a 16 años  
**DÍAS:** Viernes  
**HORARIO:** De 18:30 a 19:30  
**PRECIO:** 12€/mes



## Gimnasia Rítmica Escuela

**EDAD:** De 4 a 16 años  
**DÍAS:** Martes y Jueves  
**HORARIO:** de 17:45 a 18:45  
**PRECIO:** 18€/mes



## Fútbol sala

**CATEGORÍAS:** Chupetín, Prebenjamín, Benjamín, Alevín e Infantil  
**DÍAS:** Miércoles y Domingo  
**HORARIO:**  
 Chupetín y Prebenjamín: Miércoles de 18:30 a 19:30 / Domingo de 11:00 a 12:00  
 Benjamín, Alevín e Infantil: Miércoles de 18:30 a 19:30 / Domingo de 12:00 a 13:00  
**PRECIO:** Chupetín 6€/mes, resto de categorías 13€/mes



## Patinaje Infantil

**DÍAS:** Domingo  
**HORARIO:** De 11:00 a 12:00  
**PRECIO:** 12€/mes



## Patinaje Adultos

**DÍAS:** Domingo  
**HORARIO:** De 12:00 a 13:00  
**PRECIO:** 14€/mes



## Judo

**EDAD:** De 4 a 16 años  
**DÍAS:** Viernes  
**HORARIO:** De 17:30 a 19:00  
**PRECIO:** 15€/mes



## Frontenis

**EDAD:** A partir de 16 años  
**DÍAS:** Viernes  
**HORARIO:** De 19:30 a 21:00  
**PRECIO:** 20€/mes



## Zumba Kids

**EDAD:** De 6 a 16 años  
**DÍAS:** Miércoles  
**HORARIO:** De 17:30 a 18:30  
**PRECIO:** 12€/mes

|  | DOMINGO                | SÁBADO                      | VIERNES                               | JUEVES                                                                      | MIÉRCOLES                                                                         | MARTES                                                                     | LUNES                                                                             |
|--|------------------------|-----------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
|  | PILATES<br>11:00-12:00 | CICLO INDOOR<br>12:30-13:30 | GINNASIA MANTENIMIENTO<br>10:00-11:00 | PILATES<br>10:00-11:00                                                      | HIPOPRESIVO S<br>10:00-11:00                                                      | PILATES<br>10:00-11:00                                                     | HIPOPRESIVOS<br>10:00-11:00                                                       |
|  |                        |                             |                                       | HIPOPRESIVOS<br>18:30-19:30<br>ZUMBA<br>19:30-20:30<br>BOXEO<br>20:30-22:00 | PILATES<br>18:30-19:30<br>BODY PUMP<br>19:30-20:30<br>CICLO INDOOR<br>20:30-21:30 | HIPOPRESIVOS<br>18:30-19:30<br>ZUMBA<br>19:30-20:30<br>YOGA<br>20:30-22:00 | PILATES<br>18:30-19:30<br>BODY PUMP<br>19:30-20:30<br>CICLO INDOOR<br>20:30-21:30 |

# Actividades Fitness