



INSCRIPCIONES

TRIMESTRE DEL 13 DE OCTUBRE AL 21 DE DICIEMBRE

octubre 2026						
L	M	X	J	V	S	D
			14	15	16	17 18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

noviembre 2026						
L	M	X	J	V	S	D
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						

diciembre 2026						
L	M	X	J	V	S	D
	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			

TRIMESTRE DEL 7 DE ENERO AL 24 DE MARZO

enero 2027						
L	M	X	J	V	S	D
				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

febrero 2027						
L	M	X	J	V	S	D
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

marzo 2027						
L	M	X	J	V	S	D
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				

BIMESTRE DEL 5 DE ABRIL AL 31 DE MAYO

abril 2027						
L	M	X	J	V	S	D
			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 2027						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	1	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

junio 2027						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6

- DIAS DE ACTIVIDAD
- DIAS SIN ACTIVIDAD
- DIAS RECUPERACION CLASES

Cumplimentando el **formulario de preinscripción electrónico** ubicado en la página institucional de la Comarca Alto Gállego, Servicio de Deportes (Actividades Deportivas Curso 26-27)

Descargando y cumplimentando el formulario de preinscripción en formato PDF y enviándolo a:
deportes@comarcaaltogallego.es

- Rellenar el **formulario de preinscripción**.
- En las actividades de adultos, **para cada actividad, solo se permite realizar una preinscripción en un grupo concreto**.
- **Plazo de Preinscripciones:** hasta el 25 de septiembre (a las 14 horas)
- **Publicación de listas de preinscritos:** 1 de octubre.
- **Sorteo de plazas** para los grupos con más demanda que oferta el día 5 de octubre a las 13 horas (sede comarcal)
- **Publicación de listados** en la página web de la Comarca Alto Gállego el día 7 de octubre.
- Se crearán **listas de espera** con el número de orden que resulte del sorteo.
- **Apertura segundo periodo de inscripciones para plazas vacantes:** 8 de octubre. Las plazas vacantes se cubrirán por orden de inscripción. En este segundo periodo se permiten inscripciones en varios grupos de una misma actividad. Consultar disponibilidad a través del correo electrónico deportes@comarcaaltogallego.es.
- **Inicio de las actividades:** 13 de octubre.
- En los **cursillos de natación**, la edad mínima de participación son **4 años cumplidos**.
- Para iniciar o mantener un grupo o actividad se exige una inscripción y asistencia continuada de **5 personas mínimo**.

ACTIVIDADES INFANTILES

Código	Localidad	F nacimiento	Días	Horario	Tiempo	Instalación	plazas	oct-dic	ene-mar	abr-may
ESCUELA DE PSICOMOTRICIDAD*										
PSB	BIESCAS	2023 a 2021	LUNES	15h00 a 15h45	40'	POLIDEPORTIVO-SALA PILATES	10	42,00 €	52,50 €	42,00 €
			JUEVES	17h15 a 18h00	40'	SALA PILATES	10	52,50 €	52,50 €	42,00 €
PSP	PANTICOSA	2023 a 2021	MARTES	17h15 a 18h00	40'	POLIDEPORTIVO	10	42,00 €	52,50 €	42,00 €

DEPORTES (atletismo, baloncesto, hockey, patines, raqueta, btt)*

DEB	BIESCAS	2020 a 2014	LUNES	16h00 a 17h00	50'	POLIDEPORTIVO	15	42,00 €	52,50 €	42,00 €
			JUEVES	18h00 a 19h00	50'	POLIDEPORTIVO-FRONTON	15	52,50 €	52,50 €	42,00 €
DEP1	PANTICOSA GRUPO 1	2020 a 2018	MARTES	18h00 a 19h00	40'	POLIDEPORTIVO	15	42,00 €	52,50 €	42,00 €
DEP2	PANTICOSA GRUPO 2	2017 a 2014	JUEVES	17h00 a 18h00	50'	POLIDEPORTIVO	15	52,50 €	52,50 €	36,75 €

CURSO DE NATACION OTOÑO BIESCAS (del 14 de octubre al 16 de diciembre) 10 sesiones

NOI	INICIACION	a partir de 4 años	MIÉRCOLES	16h00 a 16h45	40'	PISCINA SABIÑANIGO	16	70,00 €		
NOA	APRENDIZAJE	a partir de 4 años	MIÉRCOLES	16h45 a 17h30	40'	PISCINA SABIÑANIGO	16	70,00 €		
NOP	PERFECCIONAMIENTO	a partir de 4 años	MIÉRCOLES	17h30 a 18h15	40'	PISCINA SABIÑANIGO	10	70,00 €		

CURSO DE NATACION INVIERNO BIESCAS (del 13 de enero al 24 de marzo) 10 sesiones

NII	INICIACION	a partir de 4 años	MIÉRCOLES	16h00 a 16h45	40'	PISCINA SABIÑANIGO	16		70,00 €	
NIA	APRENDIZAJE	a partir de 4 años	MIÉRCOLES	16h45 a 17h30	40'	PISCINA SABIÑANIGO	16		70,00 €	
NIP	PERFECCIONAMIENTO	a partir de 4 años	MIÉRCOLES	17h30 a 18h15	40'	PISCINA SABIÑANIGO	10		70,00 €	

CURSO DE NATACION PRIMAVERA BIESCAS (del 7 de abril al 26 de mayo) 8 sesiones

NPI	INICIACION	a partir de 4 años	MIÉRCOLES	16h00 a 16h45	40'	PISCINA SABIÑANIGO	16			56,00 €
NPA	APRENDIZAJE	a partir de 4 años	MIÉRCOLES	16h45 a 17h30	40'	PISCINA SABIÑANIGO	16			56,00 €
NPP	PERFECCIONAMIENTO	a partir de 4 años	MIÉRCOLES	17h30 a 18h15	40'	PISCINA SABIÑANIGO	10			56,00 €

* Los grupos de edad en las actividades infantiles son orientativos. Podrán modificarse para equilibrar grupos según el número final de inscritos.

ACTIVIDADES PARA JÓVENES Y ADULTOS

Código	Localidad		Días	Horario	Sesión	Instalación / n° máximo plazas		oct-dic	ene-mar	abr-may
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO / FITNESS										
AFP	PANTICOSA	a partir de 16 años	LUNES-JUEVES	15h45 a 16h45	50'	POLIDEPORTIVO	15	78,84 €	87,60 €	70,08 €
AFY	YEBRA DE BASA	a partir de 16 años	MARTES-JUEVES	20h00 a 21h00	50'	SALA MULTIUSOS	15	78,84 €	87,60 €	70,08 €

AQUAGYM

AQP	PANTICOSA	a partir de 12 años	MARTES-JUEVES	18h15 a 19h15	50'	PISCINA PANTICOSA	10	78,84 €	87,60 €	70,08 €
-----	-----------	---------------------	---------------	---------------	-----	-------------------	----	---------	---------	---------

ENTRENAMIENTO FUNCIONAL (ejercicios de alta intensidad con trx, kettlebells, elásticos, discos, bosu...)

EFB1	BIESCAS G1	a partir de 16 años	LUNES	19h00 a 20h00	50'	POLIDEPORTIVO	15	42,00 €	52,50 €	42,00 €
EFB2	BIESCAS G2	a partir de 16 años	MIÉRCOLES	18h30 a 19h30	50'	POLIDEPORTIVO	15	52,50 €	57,75 €	42,00 €
EFP	PANTICOSA	a partir de 16 años	LUNES-JUEVES	18h00 a 19h00	50'	POLIDEPORTIVO	15	78,84 €	87,60 €	65,70 €
EFS	SALLENT	a partir de 16 años	LUNES-MIÉRCOLES	19h30 a 20h30	50'	POLIDEPORTIVO	15	78,84 €	91,98 €	70,08 €

CICLO INDOOR

CIB1	BIESCAS GRUPO 1	a partir de 12 años	MARTES-JUEVES	11h00 a 12h00	50'	SALA CICLO INDOOR	16	78,84 €	87,60 €	70,08 €
CIB2	BIESCAS GRUPO 2	a partir de 12 años	LUNES-MIÉRCOLES	19h30 a 20h30	50'	SALA CICLO INDOOR	16	78,84 €	91,98 €	70,08 €
CIB3	BIESCAS GRUPO 3	a partir de 12 años	MARTES-JUEVES	20h15 a 21h15	50'	SALA CICLO INDOOR	16	78,84 €	87,60 €	70,08 €
CIP	PANTICOSA	a partir de 12 años	MARTES-JUEVES	18h45 a 19h45	50'	SALA CICLO INDOOR	9	78,84 €	91,98 €	70,08 €
CIS	SALLENT	a partir de 12 años	LUNES-MIÉRCOLES	18h15 a 19h15	50'	SALA CICLO INDOOR	10	78,84 €	91,98 €	70,08 €

GINNASIA DE MANTENIMIENTO

GME	ESCARRILLA	a partir de 40 años	MARTES-JUEVES	15h45 a 16h45	50'	SALÓN RÍO ESCARRA	10	78,84 €	87,60 €	70,08 €
GMI	HOSTAL DE IPIES	a partir de 40 años	LUNES-MIÉRCOLES	16h00 a 17h00	50'	CENTRO SOCIAL	10	78,84 €	91,98 €	70,08 €
GMH	HOZ DE JACA	a partir de 40 años	LUNES-MIÉRCOLES	11h30 a 12h30	50'	SALON MUNICIPAL	10	78,84 €	91,98 €	70,08 €
GMJ	JAVIERRELATRE	a partir de 40 años	LUNES-MIÉRCOLES	11h45 a 12h45	50'	SALA AYUNTAMIENTO	10	78,84 €	91,98 €	70,08 €
GML	LARRES	a partir de 40 años	MARTES-JUEVES	17h00 a 18h00	50'	CENTRO SOCIAL	10	78,84 €	87,60 €	70,08 €
GMS	SENEGÜE	a partir de 40 años	JUEVES	17h30 a 18h30	50'	SALA MULTIUSOS	10	52,50 €	52,50 €	36,75 €
GMT	TRAMACASTILLA	a partir de 40 años	MARTES-JUEVES	15h45 a 16h45	50'	SALA AYUNTAMIENTO	10	78,84 €	87,60 €	70,08 €
GMY	YEBRA	a partir de 40 años	LUNES-MIÉRCOLES	17h30 a 18h30	50'	SALA MULTIUSOS	10	78,84 €	91,98 €	70,08 €

GINNASIA PARA MAYORES

GTB	BIESCAS	a partir de 60 años	LUN-MIER-VIER	10h00 a 11h00	50'	SALA PILATES Y SALA CICLO INDOOR	20	98,00 €	108,50 €	80,50 €
GTP	PANTICOSA	a partir de 60 años	LUNES-MIÉRCOLES	11h00 a 12h00	50'	SALA MULTIUSOS LA FAJUALA	10	78,84 €	91,98 €	70,08 €
GTY	YESERO	a partir de 60 años	VIERNES	10h00 a 11h00	50'	SALA MULTIUSOS	10	52,50 €	52,50 €	36,75 €

PILATES

PB1	BIESCAS GRUPO 1	a partir de 12 años	LUNES-MIÉRCOLES	16h00 a 17h00	50'	SALA PILATES	15	78,84 €	91,98 €	70,08 €
PB2	BIESCAS GRUPO 2	a partir de 12 años	LUNES-MIÉRCOLES	17h15 a 18h15	50'	SALA PILATES	15	78,84 €	91,98 €	70,08 €
PB3	BIESCAS GRUPO 3	a partir de 12 años	MARTES-JUEVES	19h00 a 20h00	50'	SALA PILATES	15	78,84 €	87,60 €	70,08 €
PB4	BIESCAS GRUPO 4	a partir de 12 años	MARTES-JUEVES	11h30 a 12h30	50'	SALA PILATES	15	78,84 €	87,60 €	70,08 €
PB5	BIESCAS GRUPO 5	a partir de 12 años	MARTES-JUEVES	16h00 a 17h00	50'	SALA PILATES	15	78,84 €	87,60 €	70,08 €
PP	PANTICOSA	a partir de 12 años	MARTES-JUEVES	10h00 a 11h00	50'	SALA MULTIUSOS	15	78,84 €	87,60 €	70,08 €
PS	SALLENT	a partir de 12 años	LUNES-MIÉRCOLES	17h00 a 18h00	50'	SALA PILATES	12	78,84 €	91,98 €	70,08 €

RUNNING

RB	BIESCAS	a partir de 12 años	MARTES-JUEVES	19h30 a 20h45	50'	POLIDEPORTIVO-AIRE LIBRE	25	78,84 €	87,60 €	70,08 €
----	---------	---------------------	---------------	---------------	-----	--------------------------	----	---------	---------	---------

HIPOPRESIVOS

HB	BIESCAS	a partir de 12 años	MARTES	18h00 a 18h45	40'	SALA PILATES	15	42,00 €	52,50 €	42,00 €
----	---------	---------------------	--------	---------------	-----	--------------	----	---------	---------	---------

CURSO DE NATACION ADULTOS (del 14 de octubre al 26 de mayo)

NAI	INICIACION	a partir de 12 años	MIÉRCOLES	18h15 a 19h00	40'	PISCINA SABIÑANIGO	8	70,00 €	70,00 €	56,00 €
NAA	APRENDIZAJE	a partir de 12 años	MIÉRCOLES	17h30 a 18h15	40'	PISCINA SABIÑANIGO	8	70,00 €	70,00 €	56,00 €
NAP	PERFECCIONAMIENTO	a partir de 12 años	MIÉRCOLES	17h30 a 18h15	40'	PISCINA SABIÑANIGO	8	70,00 €	70,00 €	56,00 €