

INSCRIPCIONES / IZEN EMATEA: www.serviciosocialesbasevaldizarbe.com (pagina web)

Plazo: Del 29 de julio al 15 de septiembre

También se podrán hacer presencialmente en la oficina de Servicios Sociales de Base y Deporte Valdizarbe

info: 620951522 (whatsapp) Asier

(Plaza Julián Mena, 1 bajo, Puente La Reina-Gares)

ACTIVIDADES DEPORTIVAS CURSO 2024-2025 MANCOMUNIDAD VALDIZARBE

ACTIVIDAD	LOCALIDAD	DÍAS	HORARIO	DURACIÓN	PRECIO	LUGAR	MONITORA
TONIFICACION	ADIOS	M,J,V	17:45	1H	350	AYUNTAMIENTO	JULEN
FITNESS	ADIOS	L,X	20:30	1H	240	AYUNTAMIENTO	JAVI
GAP	ADIOS	M,J	16:30	1H	240	AYUNTAMIENTO	JULEN
HIOPRESIVOS	ADIOS	X	19:30	1H	125	AYUNTAMIENTO	AMAIA
TONIFICACION	AÑORBE	L,X	17:45	1H	240	CENTRO CÍVICO	JULEN
CROSSFIT	AÑORBE	X,V	18:45 Y 19:00	1H	240	CENTRO CÍVICO	JULEN
PILATES CON IMPLEMENTOS Y ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	ARTAZU	M,J	19:00	1H	240	AYUNTAMIENTO	
HIP HOP (3 a 7 años)	ENERIZ	V	17:30	1H	95	S. AYUNTAMIENTO	PATRICIA
HIP HOP (> de 8 años)	ENERIZ	V	18:30	1H	95	S.AYUNTAMIENTO	PATRICIA
YOGA (HATHA YOGA)	ENERIZ	L,X	19:00	1:15H	265	S.AYUNTAMIENTO	SALVA
BAILES LATINOS avanzado	GARES	V	18:30	1:30H	240	S.MULTIUSOS	MIREN
BAILES LATINOS iniciación	GARES	V	20:00	1:30H	240	S.MULTIUSOS	MIREN
FITNESS	GARES	L,X	19:00	1H	240	S.MULTIUSOS	MARCOS
FITNESS	GARES	L,X	18:00	1H	240	S.MULTIUSOS	MARCOS
FITNESS	GARES	L,X	17:00	1H	240	S.MULTIUSOS	MARCOS
CROSSTRIN	GARES	L,X	11:00	1H	240	FRONTÓN	JULEN
CROSSTRIN	GARES	M,J	20:15	1H	240	POLIDEPORTIVO	JULEN
GIM +55	GARES	M,V	9:15	1:15H	205	S.MULTIUSOS	BEA
GIM +55	GARES	M,V	10:30	1:15H	205	S.MULTIUSOS	BEA
GIMNASIA RITMICA <7	GARES	L	16:45	1H	95	POLIDEPORTIVO/PSIKOGELA	NAROA
GIMNASIA RITMICA >8	GARES	L	17:45	1H	95	POLIDEPORTIVO/PSIKOGELA	NAROA
HIOPRESIVOS	GARES	X	17:15	1H	125	LUZARGI	AMAIA
HIOPRESIVOS	GARES	X	18:15	1H	125	LUZARGI	AMAIA

	KARATE (4 a 7 años)	GARES	M,J	17:00	1H	185	S.TAEKWONDO	RAMÓN
	KARATE (8-13 años)	GARES	M,J	18:00	1H	185	S.TAEKWONDO	RAMÓN
	PATINAJE (EUSKERA)	GARES	V	17:00	1H	95	FRONTÓN	
	PILATES CON IMPLEMENTOS	GARES	L,X	20:15	1H	240	SALA MULTIUSOS	JULEN
	PILATES CON IMPLEMENTOS	GARES	L,X	11:00	1H	240	SALA MULTIUSOS	JULEN
	SPINNING	GARES	M,J	19:00	1H	300	FRONTÓN	YAGO
	SPINNING	GARES	M,J	20:00	1H	300	FRONTÓN	YAGO
	TAICHI	GARES	L	9:30	1:30H	185	MULTIUSOS	OLGA
	YOGA	GARES	M,J	10:30	1:20H	265	SALA LAXMI	LAXMI
	YOGA	GARES	L,X	18:30	1:20H	265	SALA LAXMI	LAXMI
	YOGA	GARES	M,J	19:30	1:20H	265	SALA LAXMI	LAXMI
TÉCNICAS DE RELAJACIÓN Y REGENERACIÓN SALUDABLE		GARES	M	18:00	1:30H	160	SALA LAXMI	LAXMI
	ZUMBA ADULTOS	GARES	M,J	18:00	1H	240	S.MULTIUSOS	
	ZUMBA KIDS (4-7 años) EUSKERA	GARES	J	17:00	1H	95	S.MULTIUSOS	IZARO
DANTZA(4-6 AÑOS) (psicomotricidad,expresión corporal)		GARES	L	17:30	1H	95	FRONTÓN	IZARO
DANTZA (euskalfolk y contemporanea) (+7 años)EUSKERA		GARES	L	18:30	1H	95	FRONTÓN	IZARO
	KANGOO POWER txikis (6 a 12 años)	GARES	M,J	17:00	1H	185	FRONTÓN ZAMARIAIN	LIZ
	KANGOO POWER adultos (13 años en adelante)	GARES	M,J	18:00	1H	240	FRONTÓN ZAMARIAIN	LIZ
	PILATES	MAÑERU	L,V	19:00 Y 16:30	1H	240	AYUNTAMIENTO	JULEN
	PATINAJE	MAÑERU	L	18:15	1	95	FRONTÓN	
	PILATES CON IMPLEMENTOS	MENDIGORRIA	M,J	17:45	1H	240	SALA MULTIUSOS	RAQUEL
	CROSSTRAIN	MENDIGORRIA	L,X	18:30	1H	240	FRONTÓN	JAVI
	YOGA	MENDIGORRIA	L,V	10:45	1:15H	265	S.MULTIUSOS	ESTER
	DANZA LIBRE (4-7 años)	MENDIGORRIA	X	18:00	1H	95	S.MULTIUSOS	IZARO
	DANZA LIBRE (8-14 años)	MENDIGORRIA	X	17:00	1H	95	S.MULTIUSOS	IZARO
	YOGA CLÁSICA	MURUZABAL	L	19:00	1:30H	160	AYUNTAMIENTO	CARLOTA
	YOGA DINAMICA-ACTIVA	MURUZABAL	X	19:00	1:30H	160	AYUNTAMIENTO	CARLOTA
	FITNESS	OBANOS	M,J	20:15	1H	240	CENTRO CÍVICO	RAQUEL
	YOGA(descuento)	OBANOS	J	17:30	1:15H	135	S.CULTURA	ESTER
	TONIFICACION	UTERGA	M,J	19:00	1H	240	AYUNTAMIENTO	RAQUEL
	PILATES CON IMPLEMENTOS	ZIRAUKI	M,J	19:15	1H	240	AYUNTAMIENTO	JULEN

CROSSTRAIN	ZIRAUKI	M,J	20:15	1H	240	FRONTÓN	JULEN
PATINAJE	ZIRAUKI	L	17:00	1H	95	FRONTÓN	



MANCOMUNIDAD DE SERVICIOS SOCIALES DE BASE Y DEPORTES VALDIZARBE
 IZARBEIBARKO OINARRIZKO GIZARTE ZERBITZUEN ETA KIROLAKO MANKOMUNITATEA