deporte



NORMATIVA GENERAL DE LA OFERTA DEPORTIVA MUNICIPAL

1. Impresos y documentación

Cumplimentar debidamente la solicitud de inscripción: datos personales, de actividad y bancarios, aportando justificante de los mismos.

Los impresos están disponibles en nuestras oficinas de atención al público, en nuestros puntos de control e inscripciones y en nuestra página web.

2. Pago de inscripciones

Abonar cuota correspondiente al primer bimestre/trimestre en metálico o con tarjeta y 12,10 euros en concepto de matrícula (6,00 euros con ADM). Se abonará una matrícula por cada actividad (descuento del 50% a partir de la 2ª matrícula)

En caso de no tener carnet con chip de usuario de la Concejalía de Deportes, se añadirán 3 euros a los precios de las actividades.

En caso de no comunicar baja (mediante impreso de solicitud de baja), se renovará la actividad automáticamente, generando el pago mediante domiciliación bancaria.

La devolución de un recibo impedirá tener acceso a cualquier instalación deportiva hasta que éste no sea abonado.

Las escuelas deportivas ofertadas tienen un coste anual que se abonará en forma bimestral o trimestral dependiendo del caso.

Los precios de las escuelas deportivas se incrementarán para los no empadronados en un 25% y en 3 euros la matrícula.

3. Bajas o renuncias

Para tramitar la baja se deberá entregar el impreso de solicitud de baja. La solicitud debe presentarse con anterioridad a la finalización del bimestre/trimestre en curso y de forma presencial. Si no se generará el pago sin posibilidad de devolución.

El simple hecho de no asistir a clase no exime del pago del correspondiente trimestre/bimestre.

Si una persona se da de baja en una actividad y se da de alta en otra o en la misma durante el mismo curso, abonará matrícula.

El importe de la matrícula y del carnet no se devolverán en ningún caso.

4. Reserva de plaza

Los alumnos/as inscritos/as en el último trimestre/bimestre podrán optar por reservar su plaza para el curso siguiente (dependiendo de la programación de los grupos en el nuevo curso).

5. A tener en cuenta

La oferta deportiva se iniciará el 1 de octubre. El calendario de clases se comunicará al comienzo de la actividad.

En la "Normativa de uso y funcionamiento de la Concejalía de Deportes" podrán encontrar todos los aspectos que rigen esta oferta deportiva.

httpp://deportes.ayto-torrejon.es/normativas

6. Edades

La edad de cada grupo se comunicará en cada caso.

CLASES COLECTIVAS

NUEVAS INSCRIPCIONES (solo empadronados) Concertando cita previa on-line desde el 28 agosto 2023

- aytotorrejon.deporsite.net (usuarios registrados)
- Vía telefónica y presencial:
 - Ciudad Deportiva Joaquín Blume Teléfono: 916 56 31 11
 - Complejo Deportivo Calle Londres
 Teléfono: 916 56 14 83
 - De lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas Sábados, domingos y festivos de 8:00 a 21:00 horas

INSCRIPCIONES DESDE EL 9 DE SEPTIEMBRE, SEGÚN CITA

Atención normalizada desde el 25 de septiembre (empadronados y no empadronados)

- 1. Ciudad Deportiva Joaquín Blume Teléfono: 916 56 31 11. Lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas Sábados, domingos y festivos de 8:00 a 21:00 horas
- 2. Complejo Deportivo Calle Londres Teléfono: 916 56 14 83. Lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas Sábados, domingos y festivos de 8:00 a 21:00 horas
- 3. Complejo Deportivo Juan Antonio Samaranch Teléfono: 916 77 33 08. Lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas Sábados, domingos y festivos de 8:30 a 14:00 horas Desde el 1 de octubre
- 4. Complejo Deportivo Juncal Teléfono: 916 77 90 70. Lunes a viernes de 8:30 a 14:30 horas

CLASES COLECTIVAS

CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

RUNNING

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Si tu pasión son las carreras populares o practicas el Running para mantenerte en forma, tienes que probar esta actividad.	M-J	18:15 - 19:15

2 días (1 hora) 32,20 €/trimestre (ADM 20,40 €)

TRAINING OUTDOOR

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Acondicionamiento físico al aire libre	M-J	19:15 - 20:15

2 días 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €)

ACTIVIDADES DE CUERPO Y MENTE

Actividades dirigidas a conseguir una armonia entre el cuerpo y la mente

PILATES MAT

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Método de tonificación corporal en el	L-V	09:15 - 10:00
que se mejora y refuerza la postura con		10:00 - 10:45
ejercicios acompañados de la respiración,	L-X-V	16:15 - 17:00
aportando fuerza y equilibrio y creando una	Χ	09:15 - 10:00
figura más estilizada.		

3 días (45 minutos) 47,70 €/trimestre (ADM 37,80 €) 2 días (45 minutos) 34,70 €/trimestre (ADM 25,20 €) 1 día (45 minutos) 17,35 €/trimestre (ADM 12,60 €)

ESPALDA SANA

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad para fortalecer la musculatura dorsal y corregir problemas posturales.	X	10:00 - 10:45

1 día (45 minutos) 17,35 €/trimestre (ADM 12,60 €)

ACTIVIDADES INFANTILES

Actividades dirigidas a menores de 18 años

ESCUELA MULTIDEPORTE

Nacidos desde 2015 a 2019.

	DÍAS	HORA
Pequeños Olímpicos Actividad	L-X	17:15 - 18:15
multidisciplinar (baloncesto, balonmano, fútbol-sala, natación, escalada, deportes	M-J	16:15 - 17:15
de raqueta)		17:15 - 18:15

2 días (1 hora) 35,00 €/trimestre (ADM 25,00 €)





COMPLEJO DEPORTIVO JUNCAL

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

ACTÍVATE!!

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías.	L-X	17:45 - 18:45

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €)

ACTÍVATE PLUS+

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías con más intensidad.	L-X	18:45 - 19:45

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €)

BODY TRAINING

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Sesión de entrenamiento cardiovascular	L-X-V	10:00 - 11:00
y de tonificación localizada mediante	M-J	11:00 - 12:00
ejercicios fáciles y seguros.		

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €) 3 días (1 hora) - 63,60 €/trimestre (ADM 50,40 €)

FULL TÁBATA

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Ponte en forma en poco tiempo con series de trabajo cronometradas y recuperaciones cortas.	M-J	20:30 - 21:00

2 días (30 minutos) - 23,10 €/trimestre (ADM 16,80 €)

GAP PLUS

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Mucho más que una clase de glúteo,	L-X-V	13:00 - 13:30
abdomen y pierna.	M-J	21:00 - 21:30

3 días (30 minutos) - 31,80 €/trimestre (ADM 25,20 €)

2 días (30 minutos) - 23,10 €/trimestre (ADM 16,80 €)



TABATA STRETCH

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Ponte en forma en poco tiempo con series de trabajo cronometradas y recuperaciones cortas.	X	13:30 - 14:00

1 día (30 minutos) - 11,50 €/trimestre (ADM 8,40 €)



TOTAL BODY

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Alcanza un estado de forma óptimo	Χ	21:15-21:45
combinando el ejercicio cardiovascular con		
ejercicios de fuerza.		

1 día (30 minutos) - 11,50 €/trimestre (ADM 8,40 €)

ACTIVIDADES INFANTILES

Actividades dirigidas a menores de 18 años.

PSICOMOTRICIDAD

Nacidos desde 2017 a 2019.

	DÍAS	HORA
Técnica que tiende a favorecer, por el dominio del movimiento corporal, la relación que el niño establece con el mundo que le rodea.	L-X	16:45 - 17:45

2 días (1 hora) - 35,00 €/anual (ADM 25,00 €)

URBAN DANCE

Nacidos desde 2011 a 2015.

	DÍAS	HORA
Aprende a moverte al ritmo de la música más actual en sus diferentes estilos.	M-J	17:15 - 18:00

2 días (45 minutos) - 28.00 €/trimestre (ADM 19.00 €)

URBAN DANCE II

Nacidos desde 2006 a 2010.

DÍAS	HORA
M-J	18:00 - 18:45

2 días (45 minutos) - 28,00 €/trimestre (ADM 19,00 €)

ACTIVIDADES CARDIOVASCULARES

Actividades dirigidas a incrementar la capacidad cardiovascular.

DANCE FITNESS

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Sesión que te permite ponerte en forma y tonificar mediante sencillos pasos de baile al ritmo de Zumba (ritmos latinos), Dance, Hip-Hop y versiones de grandes éxitos de todos los tiempos.	M-J	19:45 - 20:30

2 días (45 minutos) - 38,80 €/trimestre (ADM 29,40 €)

ACTIVIDADES DE CUERPO Y MENTE

Actividades dirigidas a conseguir una armonia entre el cuerpo y la mente.

BIENESTAR

Nacidos en 2005 y anteriores.

	-1	
	DÍAS	HORA
Disciplina que fusiona Taichí, Yoga y Pilates, que hará sentir tu cuerpo y mente en armonía y libre de estrés, mediante ejercicios de tonificación y relajación.	M-J	09:00 - 10:00

2 días (1 hora) - 46.20 €/trimestre (ADM 33.60 €)

GIMNASIA SENIOR

Nacidos en 1964 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad dirigida a mayores, que mejora la condición física y fomenta hábitos	L-X M- I	16:00 - 16:45 12:00 - 12:45
saludables	I'I J	12.00 12.40

2 días (45 minutos) - 28.00 €/trimestre (ADM 17.00 €)

YOGA FLEX

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Consigue equilibrar cuerpo, mente y espíritu a través del yoga y los estiramientos.	V	13:30- 14:00

1 día (30 minutos) - 11,50 €/trimestre (ADM 8,40 €)

PILATES MAT

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Método de tonificación corporal	L-X-V	11:15 - 12:00
en el que se mejora y refuerza		12:00 - 13:00
la postura con ejercicios	L-X	19:45 - 20:30
acompañados de la respiración,		20:30 - 21:15
aportando fuerza y equilibrio y creando una figura más	M-J	10:00 - 11:00
estilizada.		13:00 - 13:45
		18:45 - 19:45

3 días (45 minutos) - 47,70 €/trimestre (ADM 37,80 €)

2 días (45 minutos) - 34,70 €/trimestre (ADM 25,20 €)

3 días (1 hora) - 63.60 €/trimestre (ADM 50.40 €)

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €)



ZONA MEDIA

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión de fortalecimiento y definición para	L	13:30 - 14:00
el abdomen y espalda altamente efectivo.		21:15 - 21:45

1 día (30 minutos) - 11,50 €/trimestre (ADM 8,40 €)

TAI-CHI CHUAN

Nacidos en 2005 y anteriores.

Preinscripción 15 de septiembre de 17:00 a 19:00 en CD Juncal.

Tfn: 638 07 35 82 (de lunes a jueves de 17.00 a 20.00).

cdewushutorrejon@gmail.com

Actividad promovida por Club Wushu Torrejón

	DÍAS	HORA
Arte marcial chino con múltiples beneficios	V	18:00 - 19:30
para la salud.		19:30 - 21:00

Actividad gestionada por el Club.

1 día (90 minutos) - 44.80 €/trimestre (ADM 35.10 €)

COMPLEJO DEPORTIVO **LONDRES**

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

ACTÍVATE!!

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la	M-J	10:00 - 11:00
resistencia cardiovascular quemando	V	17:00 - 17:30
calorías.	L-X-V	09:30 - 10.30

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €) 3 días (1 hora) - 63,60 €/trimestre (ADM 50.40 €) 1 día (30 min.) - 11,50 €/trimestre (ADM 8,40 €)

ACTÍVATE PLUS+

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías con más intensidad.	M-J	20:45 - 21:15

2 días (30 min.) - 23,10 €/trimestre (ADM 16,80 €)

BODY TRAINING

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión de entrenamiento cardiovascular y de tonificación localizada mediante ejercicios fáciles y seguros.	L-X	19:45 - 20-45

2 días (1 hora) - 46.20 €/trimestre (ADM 33.60 €)

EN FORMA

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión de acondicionamiento físico de intensidad media muy completa.	L-X	15:30 - 16:00

2 días (30 minutos) - 23,10 €/trimestre (ADM 16,80 €)

GAP PLUS

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Mucho más que una clase de glúteo,	M-J	15:30 - 16:00
abdomen y pierna.	V	17:30 - 18:00

2 días (30 minutos) - 23,10 €/trimestre (ADM 16,80 €) 1 día (30 minutos) - 11,50 €/trimestre (ADM 8,40 €)

TÁBATA STRETCH

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Ponte en forma en poco tiempo con series de trabajo cronometradas y recuperaciones cortas.	J	21:15 - 21:45

1 día (30 minutos) - 11,50 € (ADM 8,40 €)

ACTIVIDADES INFANTILES

Actividades dirigidas a menores de 18 años.

BAILE INFANTIL

Nacidos desde 2016 a 2018.

	DÍAS	HORA
Trabajo psicomotor a través del baile.	L-X	16:45 - 17:30
	V	18:00 - 18:45

2 días (45 minutos) - 28,00 €/trimestre (**ADM 19,00 €**) 1 día (45 minutos) - 14,00 €/trimestre (**ADM 9,50 €**)

URBAN DANCE I

Nacidos desde 2011 a 2015.

	DÍAS	HORA
Aprende a moverte al ritmo de la música más actual en sus diferentes estilos.	L-X	17:30 - 18:15

2 días (45 minutos) - 28,00 €/trimestre (ADM 19,00 €)

URBAN DANCE I (nivel avanzado)

Nacidos desde 2011 a 2015.

DÍAS	HORA
L-X	18:15 - 19:00

2 días (45 minutos) - 28,00 €/trimestre (ADM 19,00 €)

ACTIVIDADES CARDIOVASCULARES

Actividades dirigidas a incrementar la capacidad cardiovascular.

DANCE FITNESS

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Sesión que te permite ponerte en forma y tonificar mediante sencillos pasos de baile	L-X	19:00 - 19:45
al ritmo de Zumba (ritmos latinos), Dance, Hip-Hop y versiones de grandes éxitos de	M-J	19:00 - 19:45
todos los tiempos.		

2 días (45 minutos) - 38,80 €/trimestre (ADM 29,40 €)

ZUMBY-GYM

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Si quieres ponerte en forma mediante sencillos pasos de ritmos latinos, esta es tu actividad.	L-X	20:45 - 21:45

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33.60 €)

ZUMBY-FITNESS

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Si te gusta bailar y tonificar, esta es tu clase.	M-J	19:45 - 20:45

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €)

ACTIVIDADES DE CUERPO Y MENTE

Actividades dirigidas a conseguir una armonia entre el cuerpo y la mente.

ESPALDA SANA

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad para fortalecer la musculatura	M-J	16:00 - 16:30
dorsal y corregir problemas posturales.	V	16:30 - 17:00

1 día (30 minutos) - 11,50 €/trimestre (ADM 8,40 €)

2 días (30 minutos) - 23,10 €/trimestre (ADM 16,80 €)

ZONA MEDIA

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión de fortalecimiento y definición para el abdomen y espalda altamente efectivo.	М	21:15 - 21:45

1 día (30 minutos) - 11,50 €/trimestre (ADM 8,40 €)

TE YOGA FLEX

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Consigue equilibrar cuerpo, mente y espíritu a través del yoga y los estiramientos.	V	19:45 - 20:30

1 día (45 minutos) - 17,35 €/trimestre (ADM 12,60 €)

PILATES MAT

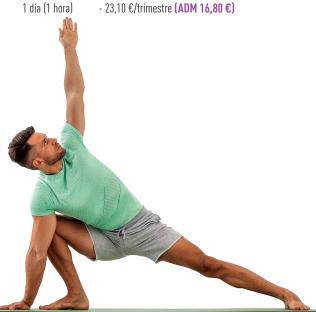
Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Método de tonificación corporal en el que se	M-J	09:15 - 10:00
mejora y refuerza la postura con ejercicios		11:00 - 12:00
acompañados de la respiración, aportando fuerza y equilibrio y creando una figura más		12:00 - 13:00
estilizada.	L-X	16:00 - 16:45
	L-X-V	10:30 - 11:15
		11:15 - 12:00
	V	18:45 - 19:45

3 días (45 minutos) - 47,70 €/trimestre (ADM 37,80 €)

2 días (45 minutos) - 34,70 €/trimestre (ADM 25,20 €)

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €)



PABELLÓN SONIA ABEJÓN

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

ACTÍVATE!!

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías.	L-X	19:15 - 20:15

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €)

ACTÍVATE PLUS+

Nacidos en 2005 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Sesión donde se mejora el tono, la resistencia cardiovascular quemando calorías con más intensidad.	M-J	19:15 - 20:15

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €)

TÁBATA HIT - STRETCH

Nacidos desde 1964 a 2005.

	DÍAS	HORA
Ponte en forma en poco tiempo con series de trabajo cronometradas y recuperaciones cortas. Intensidad alta.	L-X	20:15 - 21:15

2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre (ADM 33,60 €)



ACTIVIDADES INFANTILES

Actividades dirigidas a menores de 18 años.

ESCUELA MULTIDEPORTE

Nacidos desde 2015 a 2019.

	DÍAS	HORA
Pequeños Olímpicos Actividad multidisciplinar (baloncesto, balonmano, fútbol-sala, natación, escalada, deportes de raqueta)	M-J	17:15 - 18:15 18:15 - 19:15

2 días (1 hora) - 35,00 €/trimestre (ADM 25,00 €)

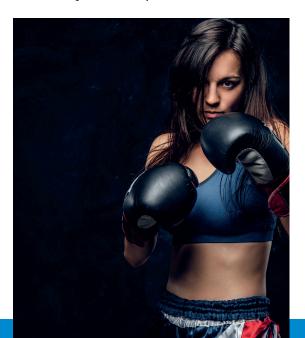
DEPORTES INDIVIDUALES

Actividades a través de convenios de colaboración con clubes deportivos de Torreión de Ardoz.

Los precios aquí reflejados incluyen dos horas de actividad a la semana.

Cualquier actividad adicional ofertada por el club conllevará aumento del precio.

Ver normativa general de inscripciones.



ESGRIMA

Desde 8 años.

Actividad promovida por Sala de Armas Torrejón.

Contactar en sama@esgrimamadrid.com o 917 653 308 / 638 126 984

Preinscripción: 4, 6 y 8 de septiembre. Pabellón Jorge Garbajosa. De 17:00 a 18:00 h. Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PABELLÓN JORGE GARBAJOSA	L-X	17:00 - 18:00

2 días (1 hora) - 45.00 €/trimestre (ADM 35.00 €)

BOXEO DEPORTIVO

Desde 10 años.

Inscripciones: Desde el 1 de septiembre en el Club Deportivo Inacua. C/ Claudio Coello s/n. Horario de 19:00 a 20:00 h.

	DÍAS	HORA
INFANTIL	M-J	18:00 - 19:00
ADULTOS		19.00 - 20.00

Infantil 2 días (1 hora) - 45,00 €/trimestre (ADM 35,00 €)

FRONTENIS

Desde 6 años.

Preinscripciones: 12 y 14 de septiembre en la CD Joaquín Blume C/ Joaquín Blume s/n. Horario de 18:00 a 19:00 h.

Es necesario hablar previamente con el Club Pelota Torrejón en horario de actividades. dajugon@hotmail.com. 677 65 27 77

Actividad promovida por Club Pelota Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	M-J	17:00 - 18:00

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre (ADM 29,00 €)

CICLISMO

Desde 4 años.

Preinscripciones: 12 y 14 de septiembre en el CD Juncal. C/ Londres 25. Horario de 18:00 a 19:00 h.

Es necesario hablar previamente con el Club Ciclista Torrejón en horario de actividades. Inscripciones: en oficinas del Club (calle Londres, 25), escuelaclubciclistatorrejon@gmail.com. Tlf: 685 96 97 33.

Actividad promovida por Club Ciclista Torrejón. Curso de enero a junio.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	LaV	Según edad y nivel

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre (ADM 29,00 €)

TRIATHLON INFANTIL

De 6 a 18 años.

Preinscripción: desde el 1 de septiembre en el correo

tritorrejon@gmail.com

A partir de los 19 años consultar en 605 62 31 49 y 630 590 693 Actividad promovida por Club Triathlon Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L-X	Según edad y nivel

2 días (1 hora) - 42,20 €/trimestre (ADM 30,40 €)

ATLETISMO ADULTOS

Desde 16 años.

Preinscripción: 11 y 13 de septiembre en el C.D. Joaquín Blume C/ Joaquín Blume s/n. Horario de 18:30 a 20:30 h. clubatletismotorrejon@gmail.com. Actividad promovida por Club Atletismo Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	LaV	Según edad y nivel

2 días (1 hora) - 42,20 €/trimestre (ADM 30,40 €)

ATLETISMO INFANTIL

De 6 a 15 años.

ΙΝΟΤΑΙ ΑΓΙΌΝ

Preinscripción: 11 y 13 de septiembre en C.D. Joaquín Blume. Horario de 17:15 a 18:30 h

Actividad promovida por Club Atletismo Torrejón. clubatletismotorrejon@gmail.com.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	LaV	Según edad y nivel

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre (ADM 29,00 €)

ATLETISMO PARQUE CATALUÑA

Preinscripción: los días 6 y 7 de septiembre en la Sede del Club C.D. Parque Cataluña (C/ Hilados, s/n). Horario de 18:00 a 19:30 h. Actividad promovida por Club Deportivo Parque Cataluña.

INSTALACION	DIAS	HUKA
C.D. PARQUE CATALUÑA	LaJ	Según edad y nivel
2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre (ADM 29,00 €)		
1.8		

A JFDRF7

Según edad y nivel.

Preinscripción: 9, 16 y 23 de septiembre en el Club Ajedrez.

C/ Granados, 29. De 10:00 a 13.00 h. escuelas.ajedrez.torrejon@gmail.com. TIf: 687 86 87 94

Actividad promovida por Club Ajedrez Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C/ GRANADOS, 29	χ	17:30 - 21:00
Horario según nivel	V	17:30 - 21:00
	S	10:00 - 13.30

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre (ADM 29,00 €)

GIMNASIA RÍTMICA

A partir de 5 años.

Preinscripciones: 11 y 13 de septiembre en el Pabellón Sonia Abejón C/ La plata s/n. De 17:00 a 19:00 h. 12 y 14 de septiembre en el C.D. Londres. C/ Londres 11. Horario de 17:00 a 19:00 h.

escuelas@ritmicatorrejon.es www.ritmicatorrejon.es

Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

Actividad promovida por Club Escuela Gimnasia Torreión.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES	M-J	16:30 - 17:15*
		17:15 - 18:00*
		18:00 - 19:00*
PABELLÓN M4 - SONIA ABEJÓN	L-X	17:15 - 18:15*

^{*} Según edad y nivel

2 días (1 hora) - 45,00 €/trimestre (ADM 35,00 €)



ARTES MARCIALES

Será necesario obtener la licencia federativa de la temporada en curso para homologar el paso de cinturón.

JUDO INFANTIL

Según edad y nivel.

Inscripciones: acudir con hoja de inscripción cumplimentada. 6 y 11 de septiembre en C.D. El Juncal. 7 y 12 de septiembre en Pabellón M4-Sonia Abejón. De 18:00 a 20:00 h. Tlf: 666 49 30 81. judocorredor@gmail.com

Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

Actividad promovida por Club Corredor del Henares.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L-X	17:00 - 18:00	
		18:00 - 19:00	
		19:00 - 20:00	
PABELLÓN M4 - SONIA ABEJÓN	M-J	17:00 - 18:00	
		18:00 - 19:00	
		19:00 - 20:00	

2 días (1 hora) - 45,00 €/trimestre (ADM 35,00 €)

Será necesario obtener la licencia federativa de la temporada en curso para homologar el paso de cinturón.

JUDO ADULTOS

Año 2006 en adelante.

Inscripciones: judocorredor@gmail.com. Tlf: 666 49 30 81

Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad. Actividad promovida por Club Corredor del Henares.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L-X	20:00	
PABELLÓN M4 - SONIA ABEJÓN	M-J	20:00	

2 días (1 hora) - 56,20 €/trimestre (ADM 43,60 €)

KARATE INFANTIL

Según edad y nivel.

Inscripciones: solicitud a entregar por el club y rellenar en el momento días 11 y 13 septiembre M4 Sonia Abejón, y días 12 y 14 de septiembre en C.D. Juncal. De 18:00 a 20:00 h. karatetorrejon@yahoo.es

Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

Actividad promovida por Club Kárate Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	M-J	16:30 - 17:30
		17:30 - 18:30
		18:30 - 19:30
PABELLÓN M4 - SONIA ABEJÓN	L-X	16:30 - 17:30
		17:30 - 18:30
		18:30 - 19:30

2 días (1 hora) - 45,00 €/trimestre (ADM 35,00 €)

KARATE ADULTOS

Año 2006 en adelante.

Inscripciones: a entregar por el club y rellenar en el momento días 11 y 13 septiembre M4 Sonia Abejón, y días 12 y 14 septiembre en C.D. Juncal. De 18:00 a 20:00 h. karatetorrejon@yahoo.es. Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

Actividad promovida por Club Kárate Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	M-J	19:30 - 21:00
M-4	L-X	19:30 - 20:30

2 días (1 hora) - 56,20 €/trimestre (ADM 43,60 €)



INICIACIÓN AI PATINA IF

Desde 4 años.

Curso de octubre a junio

Preinscripciones: acudir con hoja de inscripción cumplimentada. 5 y 7 de septiembre en C.D. Londres. Tlf: 677 50 74 16 de 18:00 a 20:00 h. clubpatintorrejon@gmail.com.

Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

PATINAJE INFANTIL

4 a 15 años.

Actividad promovida por Club Patín Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES	L-X	Hockey Patines
	Iniciación	16:30 - 17:15*
	Iniciación	17:15 - 18:00*
		18:00 - 19:00*
	M-J	Patinaje Artístico
	Iniciación	16:30 - 17:15*
	Iniciación	17:15 - 18:00*
		18:00 - 19:00*
		19:00 - 20:00*
	V	18:00 - 19:30*

PATINAJE ADULTO

Desde 16 años.

Actividad promovida por Club Patín Torrejón. Tlf: 677 50 74 16.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES	V	16:30 - 18:00*

2 días (1 hora) - 38,00 €/trimestre (ADM 29,00 €) 1 día (90 minutos) - 31,00 €/trimestre (ADM 24,25 €) 2 días (45 minutos) - 31,00 €/trimestre (ADM 24,25 €)

PÁDEL

Inscripciones: sólo para empadronados. 11 y 12 de septiembre en el C.D. El Juncal. C/ Londres. 25. De 18:00 a 20:00 h.

Actividad promovida por el CLUB PADEL TORREJÓN. cdepadeltorrejon@gmail.com

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES	LaD	Según nivel
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L a D	Según nivel

Actividad promovida por C.D. Parque Cataluña

Preinscripciones: 6 y 7 de septiembre en la sede del club C.D. Parque Cataluña (C/ Hilados). De 18:00 a 19:30 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. PARQUE CATALUÑA	LaJ	Según edad y nivel

Infantil: 2 días (1 hora) - 38,00 €/bimestre (ADM 27,80 €)
Adulto: 2 días (1 hora) - 124,80 €/trimestre (ADM 100,20 €)

TENIS

Inscripciones (sólo para empadronados): 11, 12 y 13 de septiembre. C.D. Joaquín Blume (oficina Club Tenis Torrejón). De 18:00 a 20:00 h. clubdetenistorrejon@clubdetenistorrejon.com. 675 642 605 / 629 872 525

Actividad promovida por Club de Tenis Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L-X 0 M-J	Según nivel
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L-X o M-J	Según nivel

INFANTIL

Iniciación: 2 días (1 hora) - 38,00 €/bimestral (ADM 27,80 €)

Avanzado: 2 días (1 hora) - 48,90 €/bimestral (ADM 40,20 €)

2 días (1 h. 30') - 74,30 €/bimestral (ADM 60,50 €)

Perfeccionamiento: 2 días (1 h. 30') 104,90 €/bimestral (ADM 85,80 €)

ADULTO - 2 días (1 hora) - 124,80 €/trimestral (ADM 100,20 €)

^{*} Por causas climatológicas se podrán suspender las clases debido al estado de la pista.

TENIS DE MESA

Inscripciones: Contactar con el club tenisdemesatorrejondeardoz@gmail.com. Teléfonos: 621 206 232/ 686 064 874

	-1	
INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
I.E.S. PALAS ATENEA	M - J	17:30 - 18:30
		18:30 - 19:30

2 días (1 hora) - 48,00 €/trimestre (ADM 37,80 €)



ESCALADA

Entrenamiento (infantil/adulto).

Inscripciones: desde el 5 de septiembre, de lunes a jueves, a través del correo club@nemus.org o 619 801 526. Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad

Actividad promovida por el Club de Montaña Nemus.

Curso de octubre a junio

CATEGORÍA	DÍAS	HORA
INFANTIL	L-X	17:30 - 18:30
ADULTO	L-X	18:40 - 19:50
		19:50 - 21:00
	M-J	17:30 - 18:40
		18:40 - 19:50
		19:50 - 21:00

Infantil 2 días (1 hora) - 59,20 €/trimestre (ADM 43,60 €) Adulto 2 días (1 hora) - 76,00 €/trimestre (ADM 55,00 €)

ESCALADA

4 trimestres del 01/07/23 al 30/06/24.

Uso libre

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PABELLÓN JAVI LIMONES	LaV	16:00 - 21:30
	S-D-F	10:00 - 21:00

Uso libre - 27,00 €/trimestre (ADM 13,50 €)
Socios Club de Montaña Nemus - 13,50 €/trimestre
Trimestre julio-septiembre - 13,50 € (ADM 9,00 €)
Entrada de un día - 5,40 € (ADM 4,20 €).

Matrícula - 12,10 € (ADM 6,00 €).

Para mayores de 18 años con tarjeta acreditativa de nivel "verde" y menores acompañados de un adulto con tarjeta acreditativa de nivel "verde".

DEPORTES DE EQUIPO

BALONCESTO | BALONMANO | VOLEIBOL FÚTBOL | FÚTBOL-SALA

INSCRIPCIONES:

A través de los clubes que mantienen convenios de colaboración con la Concejalía de Deportes.

Las categorías contempladas son: PREBENJAMÍN, ALEVÍN, INFANTIL, JUVENIL, CADETE y JUNIOR.

Los precios aquí reflejados incluyen dos horas de actividad a la semana. Cualquier actividad adicional ofertada por el club conllevará aumento del precio.

BALONMANO

Según edad y nivel.

Preinscripción: 5, 7 y 9 de septiembre de 17:00 a 19:00 h. en la C.D. Joaquín Blume. Personas interesadas pueden ponerse en contacto con: info@balonmanotorrejon.com

Actividad promovida por Club Balonmano Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	AÑO NACIMIENTO
CEIP ANTONIO MACHADO	L-X	16:00-17:00	2017-2012
CEIP VICENTE ALEIXANDRE	L-X	16:00-17:00	2017-2012
CEIP GABRIEL Y GALÁN	M-J	16:00-17:00	2017-2012
CEIP ANDRÉS SEGOVIA	L-X	16:00-17:00	2016-2011
GINER DE LOS RÍOS	L-X	16:00-17:00	2017-2012
JAIME VERA	M-J	16:00-17:00	2017-2012
JUAN RAMÓN JIMÉNEZ	M-J	16:00-17:00	2017-2012
CD JOAQUÍN BLUME	L-X-V	17:15-19:15	2011-2010

2 días (1 hora) - 27.80 €/trimestre (ADM 19.00 €)



BALONCESTO

Según edad y nivel.

Preinscripción: 12 y 14 de septiembre. C.D. Joaquín Blume. 601 98 23 60, De 18:00 a 20:00 h. informacion.tbs@gmail.com

Actividad promovida por Club Básket Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L-X o M-J	Según nivel
PABELLÓN NURIA FERNÁNDEZ	L-X	17:00-18:00
PABELLÓN JAVI LIMONES	M-J	18:15-19:15

Preinscripción: 6 y 7 de septiembre. C.D. Parque Cataluña (C/ Hilados, s/n). De 18:00 a 19:30 h.

Actividad promovida por C.D. Parque Cataluña

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PARQUE DE CATALUÑA	L-X o M-J	Según nivel

Preinscripción: 12 y 14 de septiembre. C.E.I.P. Severo Ochoa (C/ Londres, 3). De 18:00 a 20:00 h.

Actividad promovida por A.D. Severo Torrejón

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.E.I.P. SEVERO TORREJÓN	L-X o M-J	Según nivel

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre (ADM 19,00 €)

VOLEIBOL

Según edad y nivel.

Actividad promovida por Club Voleibol Torrejón

Preinscripción: 6 y 7 de septiembre. Pabellón M4-Sonia Abejón. De 18:00 a 20:00 h. Tlf: 602 599 011 (L a V, de 10 a 15:30 h.) ramonvoley@hotmail.com

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PABELLÓN M4-SONIA ABEJÓN	L-X o M-J	Según nivel
COMPLEJO DEPORTIVO ZONA CENTRO JOSÉ ANTONIO PARAÍSO	L-X o M-J	Según nivel

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre (ADM 19,00 €)

FÚTBOL

Según edad y nivel.

Clubs: A.D. JUVENTUD, PEÑA TORREJONENSE, A.D. LA PLATA, FUTBOLELLAS C.F.F., C.D. ARDOZ, A.D. TORREJÓN C.F.

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre (ADM 19,00 €)

Información en la Oficina de Coordinación Deportiva. C.D. El Juncal (C/ Londres, 25). De lunes a jueves de 18:00 a 20:00 h.

FÚTBOL-SALA

Según edad y nivel.

Actividad promovida por C.D. Torrejón Sala Five Play

Disponible equipos femeninos

Preinscripción: 11 y 13 de septiembre. C.D. Joaquín Blume.

Tlf: 696 86 71 93 de 18:00 a 20:00 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L-X ₀ M-J	Según nivel

Actividad promovida por Club Torrejón Juncal

Preinscripción: 12 y 14 de septiembre. C.D. Juncal. Tlf. 669 603 683 / 645 818 557 de 18:00 a 20:00 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COLEGIO LA ZARZUELA	L-X	16:00 - 18:00*
	M-J	16:00 - 18:00*
COLEGIO UNO DE MAYO	X-V	16:00 - 19:30*
	M-J	16:00 - 19:30*

^{*}Según edad

Actividad promovida por Club A.D. Severo Torrejón

Preinscripción: 12 y 14 de septiembre. C.E.I.P. Severo Ochoa (C/ Londres, 3). Tlf: 637 71 13 12 de 18:00 a 20:00 h.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.P. SEVERO OCHOA	L-X o M-J	Según nivel

Actividad promovida por Club C.F.S. Limones 5

Preinscripción: 4 y 7 de septiembre. C.D. Joaquín Blume. TIf: 656 92 21 89 de 18:00 a 20:00 h

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L-X o M-J	Según nivel

Actividad promovida por Club C.D. Ciudad de Torrejón

Prenscripción: 12 y 14 de septiembre. Tlf: 600 52 36 92 de 19.00 a 21 00 h

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	M-J	según nivel

2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre (ADM 19,00 €)

NATACIÓN

NORMAS DE MATRÍCULA

- 1. Nuevas inscripciones (solo para empadronados)
- 1.1. Natación (excepto Bebés y Preinfantil) y resto de actividades acuáticas

Concertando cita previa desde el 28 de agosto

- Vía on line: aytotorrejon.deporsite.net
- Vía telefónica y presencial:
 - Ciudad Deportiva Joaquín Blume
 Teléfono: 916 56 31 11
 - Complejo Deportivo Calle Londres Teléfono: 916 56 14 83
 - De lunes a viernes de 8:30 a 21:30 horas Sábados, domingos y festivos de 8:00 a 21.00 horas

Inscripciones del 4 al 15 de septiembre (según cita)

1.2. Natación Bebé y Preinfantil

Del 28 de agosto al 13 septiembre recoger, en horario de atención al público, número de sorteo para nuevas inscripciones en cursos de NAT. BEBÉS y NAT. PRE-INFANTIL. Complejo Deportivo Londres (c/ Londres, 11). Ciudad Deportiva Joaquín Blume (c/ Joaquín Blume s/n).

15 septiembre publicación del sorteo orden de atención al público, en listados impresos en las instalaciones deportivas y en la página web de deportes http://www.deportes-torrejon.com, el resultado del sorteo con el día y hora en el que será atendido en C.D. Joaquín Blume (c/ Joaquín Blume s/n), para cambio y/o modificación de curso.*

Desde el 18 de septiembre se atenderá el orden del resultado del sorteo para los cursos de NAT. BEBÉS y NAT. PRE-INFANTIL.

Sólo se podrá recoger un número por usuario y actividad para el sorteo. En caso de que un usuario tenga más de un número perderá su derecho a participar en el sorteo, no habiendo lugar a reclamación alguna.

* De no presentarse en el día y hora obtenido en el sorteo, perderá su turno de atención. Se procederá a asignarle un nuevo turno después de la última atención establecida en el sorteo.

1.3. Atención Normalizada

Desde el 25 de septiembre (para empadronados y no empadronados).

2. Documentación

Hoja de inscripción junto con prueba de nivel sellada y firmada. Necesaria para los grupos de aprendizaje, natación adulto, natación infantil I y II.

3. Pruebas de nivel

- Del 4 al 15 septiembre (L a V)
 De 16:30 a 20:30 horas. Piscina Londres. Piscina J. Blume
- Una vez iniciado el curso solicitar una prueba de nivel mediante cita previa

Para realizar prueba de nivel deberá acudir con bañador, gorro, chanclas, etc.

4. Grupos por edades

- Bebés: nacidos en 2022 y 2023 (mínimo 8 meses cumplidos en el momento de la incorporación a la actividad).
- Pre-Infantil: nacidos en 2020 y 2021.
- Infantil I: nacidos desde 2015 a 2019.
- Infantil II: nacidos desde 2009 a 2014.
- Adulto: nacidos desde 1964 a 2008.
- Tercera Edad: nacidos en 1963 y anteriores.

COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES

NATACIÓN BEBÉS

Nacidos en 2022 y 2023 (mínimo 8 meses cumplidos en el momento de la incorporación a la actividad).

	-	
	DÍAS	HORA
Actividad en la que a través del juego-placer- estímulo se busca una experiencia afectiva con los padres.	S ó D	11:15-11:45 12:00-12:30

1 día (30 min.) - 33,00 €/bimestre (ADM 22,70 €)

NATACIÓN PRE-INFANTIL

Nacidos en 2020 y 2021.

•		
	DÍAS	HORA
Actividad que avanza en el dominio del medio acuático sin acompañamiento de padres.	L-X	16:30-17:00 17:00-17:30
		17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	16:00-16:30 16:30-17:00
		17:00-17:30 17:30-18:00
		18:00-18:30
	S	09:45-10:15 10:30-11:00
		12:45-13:15
	D	09:45-10:15 10:30-11:00
		12:45-13:15 13:30-14:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €) 1 día (30 min.) - 24,50 €/bimestre (ADM 17,00 €)

NATACIÓN INFANTIL I

Nacidos desde 2015 a 2019.

Naciaus acsac 2013 a 2017.	Díao	
D/ 1	DÍAS	HORA
Básico	L-X	16:30-17:00 17:00-17:30
		17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	16:00-16:30 16:30-17:00
		17:00-17:30 17:30-18:00
		18:00-18:30
	V	16:00-17:00 18:00-19:00
		19:00-20:00
	S	10:00-11:00 11:00-12:00
		12:00-13:00 13:00-14:00
	D	10:00-11:00 11:00-12:00
		12:00-13:00 13:00-14:00
Iniciación	L-X	16:30-17:00 17:00-17:30
		17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	16:00-16:30 16:30-17:00
		17:00-17:30 17:30-18:00
		18:00-18:30
	V	16:00-17:00 17:00-18:00
		19:00-20:00
	S	10:00-11:00 13:00-14:00
	D	11:00-12:00 13:00-14:00
Aprendizaje	L-X	16:30-17:00 17:00-17:30
		17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	16:00-16:30 16:30-17:00
		17:00-17:30 17:30-18:00
		18:00-18:30
	V	16:30-17:30 17:00-18:00
		18:00-19:00 19:00-20:00
	S	11:00-12:00 12:00-13:00
		12:30-13:30
	D	10:30-11:30 12:30-13:30
	•	-

	DÍAS	HORA
Perfeccionamiento	L-X	16:30-17:00 17:00-17:30
		17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	16:00-16:30 16:30-17:00
		17:00-17:30 17:30-18:00
		18:00-18:30
	V	16:30-17:30 19:00-20:00
	D	10:30-11:30 12:30-13:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €) 1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

NATACIÓN INFANTIL II

Nacidos desde 2009 a 2014.

11001000 00000 2007 0 20	17.	
NIVEL	DÍAS	HORA
Iniciación	L-X	18:30-19:00 19:00-19:30
	M-J	18:30-19:00 19:00-19:30
	S	10:30-11:30 11:30-12:30
	D	10:00-11:00 12:00-13:00
Aprendizaje	L-X	18:30-19:00 19:00-19:30
	M-J	18:30-19:00 19:00-19:30
	V	17:30-18:30 18:30-19:30
	S	09:30-10:30 11:30-12:30
	D	11:30-12:30 12:30-13:30
Perfeccionamiento	L-X	18:30-19:00 19:00-19:30
	M-J	18:30-19:00 19:00-19:30
	V	17:30-18:30 18:30-19:30
	S	10:30-11:30
	D	11:30-12:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €) 1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

NATACIÓN ADULTOS

Nacidos desde 1964 a 2008.

11401400 40040 1707 4 201		
NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	15:30-16:00 19:30-20:00
	M-J	09:30-10:00 12:00-12:30
		19:00-19:30 20:00-20:30
Iniciación	L-X	11:00-11:30 19:30-20:00
	M-J	10:30-11:00 11:00-11:30
		19:30-20:00
	V	19:30-20:30
Aprendizaje	L-X	10:30-11:00 20:00-20:30
	M-J	11:00-11:30 15:30-16:00
		19:30-20:00 20:30-21:00
	V	19:30-20:30
	S	09:30-10:30
	D	09:30-10:30
Perfeccionamiento	S	09:30-10:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €) 1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

NATACIÓN SENIOR

Nacidos en 1963 y anteriores.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	10:30-11:00 11:00-11:30
		15:30-16:00
	M-J	09:30-10:00 11:30-12:00
		12:00-12:30 19:00-19:30
Iniciación	L-X	11:00-11:30 19:30-20:00
	M-J	10:30-11:00 11:00-11:30
		11:30-12:00 19:30-20:00
Aprendizaje	L-X	10:30-11:00 20:00-20:30
	M-J	11:00-11:30 20:30-21:00

2 días (30 min.) - 17,70 €/bimestre (ADM 13,60 €)

NATACIÓN CORRECTIVA

Intensidad: Y Suave

Nacidos en 2006 y anteriores.

,		
	DÍAS	HORA
Actividad física acuática	L-X	12:00-12:30
terapéutica para mejorar-	M-J	10:00-10:30 18:30-19:00
atenuar problemas no severos		
del aparato locomotor		

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

NATACIÓN ADAPTADA

Inscripción previa consulta.

Actividad acuática adaptada para personas con discapacidad física, psíquica, sensorial o intelectual. Grupos reducidos.

C.D. LONDRES. 1 día (30 min.) 12,20 €/bimestre. **No abonan matrícula.**

NATACIÓN PARA EMBARAZADAS

DÍAS	HORA
L-X	18:30-19:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

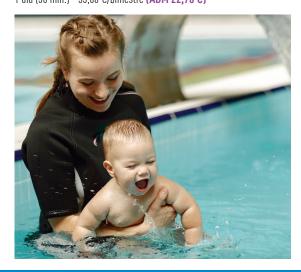
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME

NATACIÓN BEBÉS

Nacidos en 2022 y 2023 (mínimo 8 meses cumplidos en el momento de la incorporación a la actividad).

	DÍAS	HORA
Actividad en la que a través	L	17:30-18:00 18:00-18:30
del juego-placer-estímulo	Χ	18:00-18:30
se busca una experiencia afectiva con los padres.	ΜóJ	16:30-17:00 17:00-17:30
		18:00-18:30
	SóD	10:00-10:45 10:45-11:30
		11:30-12:15 12:15-13:00

1 día (45 min.) - 49,00 €/bimestre (**ADM 34,00 €)** 1 día (30 min.) - 33.00 €/bimestre (**ADM 22,70 €**)



NATACIÓN PRE-INFANTIL

Nacidos en 2020 y 2021.

	DÍAS	HORA
Actividad que avanza en el	L-X	16:30-17:00 17:00-17:30
dominio del medio acuático		17:30-18:00 18:00-18:30
sin acompañamiento de		18:30-19:00 19:00-19:30
padres.	M-J	16:30-17:00 17:00-17:30
		17:30-18:00 18:00-18:30
		18:30-19:00 19:00-19:30
	V	16:00-16:30 16:30-17:00
		17:00-17:30 17:30-18:00
		18:00-18:30 18:30-19:00
	SóD	10:00-10:45 10:45-11:30
		11:30-12:15 12:15-13:00
		13:00-13:45
	D	17:00-17:45 17:45-18:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €) 1 día (30 min.) - 24,50 €/bimestre (ADM 17,00 €) 1 día (45 min.) - 36,50 €/bimestre (ADM 25,50 €)



NATACIÓN INFANTIL I

Nacidos desde 2014 a 2019.

Muciuos acsac 2014 a 2017.		
	DÍAS	HORA
Básico / Iniciación	L-X	16:30-17:00 17:00-17:30
		17:30-18:00 18:00-18:30
		18:30-19:00 19:00-19:30
	M-J	16:30-17:00 17:00-17:30
		17:30-18:00 18:00-18:30
		18:30-19:00 19:00-19:30
	V	16:00-17:00 17:00-18:00
		18:00-19:00 19:00-20:00
	S ó D	09:30-10:30 10:30-11:30
		11:30-12:30 12:30-13:30
	D	17:00-18:00 18:00-19:00
2 4((20:-) /0 00 C/L:	A. CADM	1/ 00 C)

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €) 1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

NATACIÓN ADAPTADA

Inscripción previa valoración técnica.

Actividad acuática adaptada para personas con discapacidad física, psíquica, sensorial o intelectual. Grupos reducidos.

	DÍAS	HORA
C.D. JOAQUÍN BLUME Valoración técnica	V	17:00-17:30 17:30-18:00 18:00-18:30

C.D. JOAQUÍN BLUME

1 día (30 min.) 12,20 €/bimestre. **No abonan matrícula.**

NATACIÓN PARA EMBARAZADAS

DÍAS	HORA
M-J	19:00-19:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

COMPLEJO DEPORTIVO JUAN A. SAMARANCH

NATACIÓN INFANTIL I

Nacidos desde 2015 a 2019.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	17:30-18:00
	V	16:00-17:00 17:00-18:00
	S	11:00-12:00 12:00-13:00
Iniciación	L-X	17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	17:30-18:00
	V	16:00-17:00 17:00-18:00
		18:00-19:00
	S	11:00-12:00 12:00-13:00
Aprendizaje	S L-X	11:00-12:00 12:00-13:00 17:30-18:00 18:00-18:30
Aprendizaje		
Aprendizaje	L-X	17:30-18:00 18:00-18:30
Aprendizaje	L-X M-J	17:30-18:00 18:00-18:30 17:30-18:00
Aprendizaje	L-X M-J	17:30-18:00 18:00-18:30 17:30-18:00 16:00-17:00 17:00-18:00
Aprendizaje Perfeccionamiento	L-X M-J V	17:30-18:00 18:00-18:30 17:30-18:00 16:00-17:00 17:00-18:00 19:00-20:00
	L-X M-J V	17:30-18:00 18:00-18:30 17:30-18:00 16:00-17:00 17:00-18:00 19:00-20:00 10:00-11:00
	L-X M-J V	17:30-18:00 18:00-18:30 17:30-18:00 16:00-17:00 17:00-18:00 19:00-20:00 10:00-11:00 17:30-18:00 18:00-18:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €) 1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

NATACIÓN INFANTIL II

Nacidos desde 2009 a 2014.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	M-J	18:30-19:00
Iniciación	L-X	18:30-19:00
	M-J	18:00-18:30
	V	16:00-17:00 19:00-20:00
	S	10:00-11:00 11:00-12:00
		12:00-13:00
Aprendizaje	L-X	18:30-19:00
	M-J	18:00-18:30 18:30-19:00
	V	17:00-18:00 18:00-19:00
		19:00-20:00
	S	11:00-12:00 12:00-13:00
Perfeccionamiento	L-X	18:30-19:00
	M-J	18:00-18:30 18:30-19:00
	V	18:00-19:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €) 1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)



NATACIÓN ADULTOS

Nacidos desde 1964 a 2008.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	09:30-10:00 10:00-10:30
	M-J	10:30-11:00 19:00-19:30
Iniciación	L-X	09:30-10:00 10:00-10:30
	M-J	10:30-11:00 19:00-19:30
Aprendizaje	M-J	10:00-10:30 19:30-20:00
Perfeccionamiento	M-J	10:00-10:30 19:30-20:00

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €) 1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

NATACIÓN SENIOR

Nacidos en 1963 y anteriores.

DÍAS	HORA
L-X	09:30-10:00 10:00-10:30
M-J	10:30-11:00
L-X	09:30-10:00 10:00-10:30
M-J	10:30-11:00
M-J	10:00-10:30
M-J	10:00-10:30
	L-X M-J L-X M-J

2 días (30 min.) - 17.70 €/bimestre (ADM 13.60 €)

ACTIVIDADES ACUÁTICAS

COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES

AQUAPILATES

Intensidad: Y Suave

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Actividad que utiliza los	L-X	19:00-19:30 20:30-21:00
principios y ejercicios del	M-J	11:30-12:00 19:00-19:30
método Pilatés en el medio		19:30-20:00
acuático.	V	18:00-18:45

1 día (45 min.) - 36,75 €/bimestre (ADM 25,50 €) 2 días (30 min.) - 49 €/bimestre (ADM 34 €)



AQUAEROBIC

Intensidad: VV Media

	DÍAS	HORA
Realización de ejercicios en	L-X	19:30-20:00 21:00-21:30
el medio acuático de forma	M-J	20:00-20:30
coreográfica	V	18-45-19-30

2 días (30 min.) - 49 €/bimestre (ADM 34 €) 1 día (45 min.) - 36,75 €/bimestre (ADM 25,50 €)

G TRAINING

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Trabajo para mejorar la	L-X	20:00-20:30 20:30-21:00
condición física a través de	M-J	15:30-16:00 19:30-20:00
la natación		20:30-21:30
	V	20:00-21:00
	D	09:30-10:30

2 días (30 min.) - 49.00 €/bimestre (ADM 34.00 €) 1 día (1 hora) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)



Intensidad: YY Media

Intensidad: YYY Alta AQUAEXTREM

Nacidos desde 1964 a 2008.

de alta intensidad			
Entrenamiento del acondicionamiento físico	M-J	20:00- 20:30	
	DÍAS	HORA	

Intensidad: YYY Alta

2 días (30 min) - 49,00€/bimestre (ADM 34,00 €)



Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Realización de ejercicios	L-X	20:00-20:30
en el medio acuático	M-J	21:00-21:30
encaminados a la mejora cardiovascular	V	19:30-20:15

2 días (30 min.) - 49.00 €/bimestre (ADM 34 €) 1 día (45 min.) - 36,75 €/bimestre (ADM 25,50 €)



AQUASALUD

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Actividad que desarrolla	L-X	16:00-16:30
movilidad, coordinación y equilibrio en el medio acuático	V	10:00-10:30 10:30-11:00 11:00-11:30

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €) 1 día (30 min.) - 24,50 €/bimestre (ADM 17,00 €)



AQUASALUD MAYORES

Nacidos en 1963 y anteriores.

Actividad que desarrolla movilidad, coordinación	L-X	10:30-11:00 11:30-12:00
	M-J V	16:00-16:30 10:30-11:00 12:00-12:30 10:00-10:30 10:30-11:00 11:00-11:30

2 días (30 min.) - 17.70 €/bimestre (ADM 13.60 €) 1 día (30 min.) - 8,90 €/bimestre (ADM 6,80 €)



CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME

AQUADANCE

Intensidad: YY Media

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Actividad coreografiada dentro	L-X	20:15-21:00
del agua. No requiere saber	M-J	19:00-19:30
nadar		

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

2 días (45 min.) - 73.50 €/bimestre (ADM 51.00 €)

AQUADINAMIC

Intensidad: YY Media

Nacidos desde 1964 a 2008.

DÍAS	HORA
l	19:00-20:00
)	ÍAS

1 día (1 hora) - 49 €/bimestre (ADM 34 €)

AQUAPILATES

Intensidad: Y Suave

Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA
Actividad que utiliza los principios y ejercicios del método Pilates en el medio	L-X M-J	19:00-19:30 21:00-21:30 11:30-12:00
acuático		

2 días (30 min.) - 49.00 €/bimestre (ADM 34 €)



Intensidad: YY Media

FIE AQUAGYM Nacidos desde 1964 a 2008.

> DÍAS HORA Realización de ejercicios en el L-X 18:30-19:00 | 19:30-20:15 medio acuático encaminados M-J 09:30-10:00 | 18:30-19:00 a la mejora cardiovascular. 20.15-21.00 18:30-19:00 | 20:00-21:00

2 días (30 min.) - 49.00 €/bimestre (ADM 34 €) 2 días (45 min.) - 73,50 €/bimestre (ADM 51 €)

1 día (30 min.) - 24.50 €/bimestre (ADM 17 €)

1 día (1 hora.) - 49.00 €/bimestre (ADM 34 €)

AQUASALUD

Intensidad: Y Suave Nacidos desde 1964 a 2008.

	DÍAS	HORA	
Actividad que desarrolla movilidad, coordinación y equilibrio en el medio acuático	L-X M-J	10:30-11:15 10:00-10:30 16:00-16:30	

2 días (30 min.) - 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

2 días (45 min.) - 73,50 €/bimestre (ADM 51,00 €)

AQUAFIT

Nacidos desde 1964 a 2008.

DÍAS HORA Actividad en el medio acuático M-J 12:30 - 13:00 de definición muscular que se desarrolla en piscina poco profunda.

Intensidad: YY Media

Intensidad: YYY Alta

2 días (30 min) - 49.00 €/bimestre (ADM 34.00€)

ADJIAFXTREM

Nacidos desde 1967 a 2008

	DÍAS	HORA	
Entrenamiento del acondicionamiento físico de alta intensidad	M-J	19:30 - 20:15	

2 días (45 min) - 73,50 €/bimestre (ADM 51,00€)



AQUAPILATES MAYORES

Intensidad: ♥ Suave

Nacidos desde 1963 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad que utiliza los	M-J	11:30-12:00
principios y ejercicios del método Pilates en el medio acuático.	V	09:30-10:30

1 día (1 hora) - 17,70 €/bimestre (ADM 13,60 €) 2 días (30 min.) - 17,70 €/bimestre (ADM 13,60 €)

AQUASALUD MAYORES

Intensidad: ♥ Suave

Nacidos en 1963 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Trabajo saludable en el medio acuático.	L-X	09:45-10:30 10:30-11:15 11:15-12:00 16:00-16:30
	M-J	10:00-10:30 10:30-11:00 11:00-11:30 12:00-12:30 16:00-16:30
	V	10:30-11:30

2 días (30 min.) - 17,70 €/bimestre (ADM 13,60 €) 2 días (45 min.) - 26,55 €/bimestre (ADM 20,40 €)

1 día (1 hora) - 17,70 €/bimestre (ADM 13,60 €)

COMPLEJO DEPORTIVO JUAN A. SAMARANCH

SWIMMING TRAINING

NIVEL

Nacidos desde 1964 a 2008.

DÍAS

 $M \cap J$

HORA

09:30-10:30

RA

Intensidad: YYY Alta

Trabajo para mejorar la condición física a través de la natación

1 día (1 hora)- 49,00 €/bimestre (ADM 34,00 €)

COMPETICIONES DEPORTIVAS MUNICIPALES

DEPORTES DE EQUIPO

FÚTBOL 11 y FÚTBOL 7 (octubre a junio)

- Organiza: Comité Local de Fútbol (C/ Aragón, 3). Tel.: 916 56 19 21
- Lunes a jueves, de 18:00 A 20:00 h.
- Categorías: prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, aficionado, fútbol 7 senior, fútbol 7 veteranos y fútbol 7 femenino.

FÚTBOL SALA (octubre a junio)

- Organiza: Comité Local de Fútbol Sala (C/ Aragón, 3). Tel: 916 77 84 03
- Lunes a jueves, de 18:00 a 20:00 h.
- Categorías: prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, infantil, cadete, juvenil y senior.

BALONCESTO (noviembre a mayo)

- Organiza: Delegación de la Federación Madrileña de Baloncesto (C/ Aragón, 3). Tel.: 916 77 18 70
- Lunes a jueves, de 18:00 a 20:00 h.
- Categorías: prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, infantil, cadete y senior.

VOLEIBOL (noviembre a abril)

- Organiza: Coordinación Deportiva de Competiciones C.D. El Juncal (C/ londres, 25). Tel.: 916 77 90 70
- Lunes a jueves, de 18:00 a 20:00 h.
- Categorías: prebenjamín (no competitiva), benjamín, alevín, infantil, cadete y juvenil.



DEPORTES INDIVIDUALES

La Concejalía de Deportes, a través de diferentes organizaciones, convoca competiciones de carácter local o mancomunado con otros municipios y en las siguientes modalidades:

En deportes individuales (TENIS, NATACIÓN, GIMNASIA RÍTMICA, KARATE y JUDO), los clubes deportivos de la localidad convocan oportunamente las diferentes competiciones a celebrar.

Para mayor información contactar con Coordinación Deportiva de Competiciones C.D. El Juncal (C/ Londres, 25). Tels.: 916 77 90 70 / 916 60 04 40. Lunes a jueves de 18:00 a 20:00 h.

ACTIVIDAD FÍSICA INTEGRAL

TEMPORADA DE INVIERNO

CINCO BIMESTRES 01/09/2023 at 30/06/2024

OINTOO DII ILOTINLO OTTOTTLOLO UN OOT	10/ 2027	
TURNOS	DÍAS	HORA
TOTAL*	LaV	09:00 - 22:00
	S	09:00 - 21:30
	D - F	09:00 - 14:00
60,00 euros/bimestral (ADM 30,00 e	uros)	
MEDIUM*	LaV	09:00 - 17:00
	S	09:00 - 21:30
	D - F	09:00 - 14:00

46,00 euros/bimestral **(ADM 23,00 euros)** Entrada de día: 5 €

TEMPORADA DE VERANO

UN BIMESTRE 01/07/2023 al 31/08/2024

TURNOS	DÍAS	HORA
VERANO	LaV	09:00 - 22:00
	S-D-F	09:00 - 14:00

36,00 euros/bimestral **(ADM 18,00 euros)** Entrada de día: 5 €

* En caso de no tener carnet con chip de usuario de la concejalía de Deportes, se añadirán 3 euros a estos precios. Edad mínima necesaria para acceder: 16 años cumplidos.



INSCRIPCIONES:

C.D. JOAQUÍN BLUME

C/ Joaquín Blume s/n. Tel. 916 56 31 11

C.D. LONDRES

C/Londres, 11 - Tel. 916 56 14 83

C.D. J.A. SAMARANCH

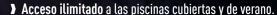
C/ San Fernando, s/n - Tel. 916 77 33 08

C.D. EL JUNCAL

C/ Londres, 25 - Tel. 916 77 90 70



Más información en los centros deportivos www.deportes-torrejon.com



- Modalidad de pago anual.
- Prioridad para alquilar instalaciones deportivas e importantes descuentos.
- Bonificaciones de hasta el 50% en todas las actividades deportivas.
- Importantes descuentos en tiendas deportivas y centros de belleza y fisioterapia existentes en la ciudad.



BONOS PISCINA	SÓLO PARA EMPADRONADOS
INFANTIL (20 baños)	42,00 €
JUVENIL (20 baños)	56,40 €
ADULTO (10 baños)	39,60 €
ADULTO (20 baños)	70,20 €
FAMILIAR (30 baños)	84,00 €
INVITADOS (5 baños)	25,00 €

CUOTAS ADM (la cuota es anual)		
INFANTIL (hasta 17 años)	67,20€	95,00 €**
JOVEN (a partir de 18 hasta 29 años)	103,80€	145,00 €**
ADULTO (a partir de 30 hasta 64 años)	142,20€	200,00 €**
MAYORES (a partir de 65 años)	31,80 €	45,00 €**
FAMILIAR (independiente del número de hijos/as) hasta 17 años	271,20€	380,00 €**
DISCAPACITADO***	31,80 €	45,00 €**
INDIVIDUAL EMPRESAS	142,20€	

ZU € 380,00 €**	EN TRADAS PISCINA				
80 € 45,00 €**		VERANO		INVIE	ERNO
20 €		NO EMPADRONADO			NO
	EMPADRONADO	lunes a jueves	V, S, D, Festivo y víspera Festivo	EMPADRONADO	EMPADRONADO
BEBÉS (de 0 a 2 años)	GRATIS	GRATIS	GRATIS	1,20 €	3,00€
INFANTIL (de 3 a 14 años)	3,20 €	7,00 €	12,10 €	3,20 €	6,10 €
JUVENIL (de 15 a 17 años)	3,80 €	8,00€	13,40 €	3,80 €	6,70 €
ADULTOS (de 18 a 64 años)	4,90 €	9,00€	14,60€	4,90 €	7,30 €
MAYORES (de 65 años)	1,20 €	4,00 €	6,00€	1,20 €	3,00€
DISCAPACITADO***	1,20 €	4,00 €	6,00€	1,20 €	3,00 €

INSCRIPCIONES:

C.D. JOAQUÍN BLUME C/ Joaquín Blume, s/n - Tel. 916 563 111

C.D. LONDRES

C/ Londres, 11 - Tel. 916 561 483

C.D. J.A. SAMARANCH C/ San Fernando, s/n - Tel. 916 773 308

C.D. EL JUNCAL C/ Londres, 25 - Tel. 916 779 070

Entrada a precio reducido piscinas de verano (a partir de las 18:00 h. para todos los tipos de entrada): 50% de los precios estipulados.

- * El ADM es un producto con una validez de 365 días desde el momento de su adquisición.
- ** Precio no empadronados.
- *** La discapacidad será aceptada a partir de un 33%.

En caso de no tener carnet con chip de usuario de la concejalía de Deportes, se añadirán 3 euros a estos precios. Los poseedores de ADM pasarán gratis. Los bonos serán válidos para las temporadas de verano e invierno. Las piscinas municipales cerrarán durante un mes al año por motivos de mantenimiento. NOTA: 50% de bonificación en la adquisición de ADM para miembros de Familia Numerosa de Categoría General y 75% de bonificación para miembros de Familia Numerosa de Categoría Especial. Los descuentos no son acumulables.

TARJETA FINESS

ENTRADA LIBRE PISCINAS INVIERNO

ACCESO A UNA AMPLIA OFERTA DE CLASES (Acuáticas y Colectivas)

50% DESCUENTO EN BONOS Y ENTRADAS PISCINAS DE VERANO

- **ACCESO AFI***
- **USO LIBRE ROCÓDROMO***
- 2 ALQUILERES GRATUITOS/MES EN INSTALACIONES*

AL AIRE LIBRE (excepto campos de fútbol)

Cupo de plazas disponibles en cada actividad * Reserva preferente

Disfruta de clases como:

CUERPO-MENTE

Bienestar, Pilates, Espalda Sana, Tábata Strech, Gimnasia Senior, Yoga-Flex

ACONDICIONAMIENTO

Tábata Hit, Full Tábata, Zona Media, Actívate, Actívate Plus+, Body Training, G.A.P., G.A.P. Plus+. En Forma, Running, Body Power, Training-Outdoor, Abdomen. Suspension Trainer, Funcional Box, Afi Cross, Afi Fitness, Afi Power

CARDIOVASCULAR

Total Body, Zumby Gym, Zumby Fitness, Dance Fitness, Ciclo, Ciclo-Xpress, Global Fusion, Step, Afi Combi

ACTIVIDADES ACUÁTICAS

Aquagym, Aquaerobic, Aquadinamic, Aquadance, Aquaextreme, Aquapilates, Aquafit, Swimming Trainning

CATEGORÍAS	PRECIO/MES	PRECIO/MES NO EMPADRONADO
TARJETA FITNESS JOVEN (a partir de 18 a 29 años)	25,00€	40,00€
TARJETA FITNESS (a partir de 30 años)	30,00€	50,00€
TARJETA FITNESS PAREJA (incluye los dos miembros de parejas registradas)	50,00€	85,00€