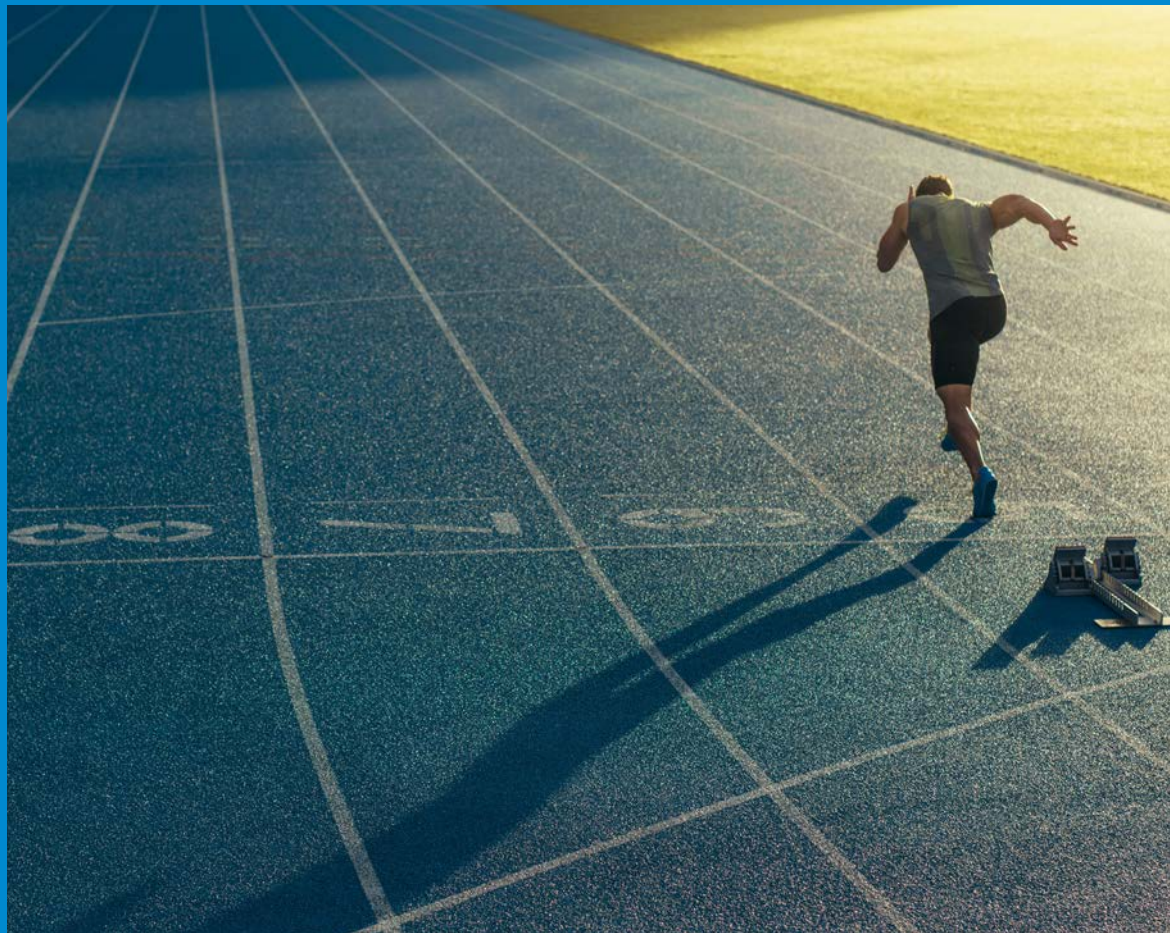


| deportes



CÓMO DARSE DE ALTA EN NUESTRA OFERTA DEPORTIVA MUNICIPAL

1. Para inscribirse

Cumplimentar debidamente la solicitud de inscripción y adjuntar la documentación requerida en cada caso, abonando el importe correspondiente a la actividad.

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

A partir de la inscripción en una segunda actividad disfrutará de un descuento del 50% en el importe de la matrícula.

2. Cómo causar baja en una actividad

Para tramitar la baja de cualquier actividad deberás cumplimentar debidamente el impreso de solicitud de baja el cual deberá ser entregado de forma presencial con anterioridad a la finalización del bimestre/trimestre en curso.

Recuerda que:

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

En caso de no comunicar baja (mediante el 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.

3. Reserva de plaza

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

4. 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.

<http://deportes.ayto-torrejon.es/normativa>



CLASES COLECTIVAS

NUEVAS INSCRIPCIONES

Fechas

- 31 de agosto: Se abre el plazo para pedir cita previa (solo empadronados)
- 8 de septiembre: Empiezan las inscripciones presenciales de empadronados (según el orden de la cita que corresponda).
- 28 de septiembre: Inscripción libre para todos (empadronados y no empadronados) sin cita previa.

Cómo pedir la cita previa a partir del 31 de agosto

- On line: en la web aytotorrejon.deporsite.net (para usuarios registrados)
- Presencial: en cualquiera de los centros:
 - Ciudad Deportiva Joaquín Blume
Telf: 91 656 31 11. L-V: 8:30 a 21:30 h. | S-D-F: 8:00 a 21:00 h.
 - Complejo Deportivo Calle Londres:
Telf: 91 656 14 83. L-V: 8:30 a 21:30 h. | S-D-F: 8:00 a 21:00 h.

Inscripciones empadronados:

- Desde el 8 de septiembre por orden de cita, en la instalación determinada.
- Inscripciones generales (empadronados y no empadronados) Desde el 28 de septiembre. A partir de esta fecha acudiendo a las instalaciones:
 - Ciudad Deportiva Joaquín Blume
Telf: 91 656 31 11 (L-V: 8:30 a 21:30 h. | S-D-F: 8:00 a 21:00 h.)
 - Complejo Deportivo Calle Londres
Telf: 91 656 14 83 (L-V: 8:30 a 21:30 h. | S-D-F: 8:00 a 21:00 h.)
 - Complejo Deportivo Juan Antonio Samaranch (desde el 28 de septiembre)
Telf: 91 677 33 08. L-V: 8:30 a 21:30 h. | S-D-F: 8:30 a 14:00 h.
 - Complejo Deportivo Juncal (desde el 1 de octubre)
Telf: 91 677 90 70. L-V de 8:30 a 14:30 h.

CLASES COLECTIVAS

CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

TF RUNNING

Nacidos desde 1961 a 2010.

	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 €)**

TF TRAINING OUTDOOR

Nacidos desde 1961 a 2010.

	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 armonía entre el cuerpo y la mente

TF PILATES MAT

Nacidos en 2010 y anteriores.

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

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 €)**

TF ESPALDA SANA

Nacidos en 2010 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 2018 a 2022.

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

TF ACTIVATE!!

Nacidos en 2010 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 €)**

TF ACTIVATE PLUS+

Nacidos en 2010 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 €)**

TF BODY TRAINING

Nacidos desde 1961 a 2010.

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

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

3 días (1 hora) - 63,60 €/trimestre **(ADM 50,40 €)**

TF FULL TÁBATA

Nacidos desde 1961 a 2010.

	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 €)****TF GAP PLUS**

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Mucho más que una clase de glúteo, abdomen y pierna.	L-X-V	13:00 - 13:30
	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 €)****TF TOTAL BODY**

Nacidos desde 1961 a 2010.

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

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

Actividades dirigidas a menores de 18 años.

PEQUEDEPORTE

Nacidos desde 2020 a 2022.

	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 €/trimestre **(ADM 25,00 €)****ZUMBI KIDS**

Para niños de 5 a 8 años.

	DÍAS	HORA
Aprende a moverte al ritmo de la música más actual en sus diferentes estilos. 2 días 1 hora 35,00 e/trimestre	M-J	17:45 - 18:45

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

Actividades dirigidas a incrementar la capacidad cardiovascular.

TF DANCE FITNESS

Nacidos desde 1961 a 2010.

	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 armonía entre el cuerpo y la mente.

TF BIENESTAR

Nacidos en 2010 y anteriores.

	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

Lléname de energía!2 días (1 hora) - 46,20 €/trimestre **(ADM 33,60 €)**

GIMNASIA SENIOR

Nacidos en 1963 y anteriores.

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

2 días (45 minutos) - 28,00 €/trimestre **(ADM 17,00 €)**

TF YOGA FLEX

Nacidos en 2010 y anteriores.

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

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

TF PILATES MAT

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Método de tonificación corporal en el que se mejora y refuerza la postura con ejercicios acompañados de la respiración, aportando fuerza y equilibrio y creando una figura más estilizada.	L-X-V	11:15 - 12:00
		12:00 - 13:00
	L-X	19:45 - 20:30
		20:30 - 21:15
	M-J	10:00 - 11:00
		13:00 - 13:45
		16:45 - 17:45
		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 €)**



TF ZONA MEDIA

Nacidos en 2010 y anteriores.

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

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

TAI CHI – KUNG FU

Nacidos en 2021 y anteriores

Actividad promovida por Club Kung Fu Torrejón

Artes marciales chinas con múltiples beneficios físicos y para la salud.

Inscripciones: del 16 al 18 de septiembre de 17:00 a 19:00 h. en CD Juncal. Contacto: Tel. 619 33 18 78 (de lunes a jueves de 17:00 a 20:00 h.); kungfutorrejon@gmail.com y www.kungfutorrejon.es

	DÍAS	HORA
--	------	------

Nacidos entre 2008 y 2020

También actividad familiar, hijo/a menor de 10 años + padre/madre

1 día (60 min.) - 40,6 €/trimestre **(ADM 28,50€)**

	DÍAS	HORA
Nacidos en 2007 y anteriores	V	18:00 - 19:30 19:30 - 21:00

La clase de 18:00 a 19:30 sería nivel intermedio/avanzado y la de 19:30 a 21:00 para nivel iniciación

1 día (90 min.) - 44,80 €/trimestre **(ADM 35,10€)**

COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

TF ACTIVATE!!

Nacidos en 2010 y anteriores.

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

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

1 día (30 min.) - 11,50 €/trimestre **(ADM 8,40 €)**

TF ACTIVATE PLUS+

Nacidos en 2010 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 €)**

TF BODY TRAINING

Nacidos en 2010 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 €)**

TF GAP PLUS

Nacidos en 2010 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Mucho más que una clase de glúteo, abdomen y pierna.	M-J	15:30 - 16:00
	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 €)**

TF TÁBATA STRETCH

Nacidos en 2010 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 2019 a 2021.

	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 2014 a 2018.

	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 II

Nacidos desde 2009 a 2013.

	DÍAS	HORA
	L-X	18:15 - 19:15

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

ACTIVIDADES CARDIOVASCULARES

Actividades dirigidas a incrementar la capacidad cardiovascular.

TF DANCE FITNESS

Nacidos desde 1961 a 2010.

	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.	L-X	19:00 - 19:45
	M-J	19:00 - 19:45

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

TF ZUMBY-GYM

Nacidos desde 1961 a 2010.

	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 €)**

TF ZUMBY-FITNESS

Nacidos desde 1961 a 2010.

	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 armonía entre el cuerpo y la mente.

TF ESPALDA SANA

Nacidos en 2010 y anteriores.

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

TF ZONA MEDIA

Nacidos en 2010 y anteriores.

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

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

TF YOGA FLEX

Nacidos en 2010 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 €)**



TF PILATES MAT

Nacidos en 2010 y anteriores.

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

1 día (1 hora) - 23,10 €/trimestre **(ADM 16,80 €)**

PABELLÓN SONIA ABEJÓN

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO

Actividades dirigidas a la mejora del rendimiento físico.

TF ACTIVATE!!

Nacidos en 2010 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 €)		



TF ACTIVATE PLUS+

Nacidos en 2010 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 €)		

TF TÁBATA HIT - STRETCH

Nacidos desde 1960 a 2010.

	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 2018 a 2022.

	DÍAS	HORA
Pequeños Olímpicos Actividad multidisciplinaria (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 Torrejón de Ardoz.

Los clubes ofertan a través de los precios aquí reflejados, los correspondientes entrenamientos (escuelas).

La actividad competitiva y opcional conllevará cuotas adicionales.

Ver normativa general de inscripciones.

ESGRIMA

Actividad promovida por Sala de Armas Torrejón.

Contactar en EDWIN ROMERO. salaesgrimatorrejonardoz@gmail.com
Tel.: 689 526 775

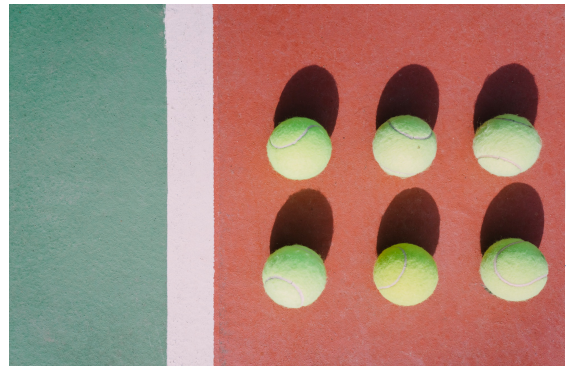
Inscripción: 2 y 4 de septiembre de 17.00-21.00 h. A partir del 1 de octubre en el horario de actividad.

INSTALACIÓN		DÍAS	HORA
PABELLÓN JORGE GARBAJOSA	INFANTIL	L-X	17:00 - 18:00
	8-12 años según nivel	y/o V	
	JUVENIL	L-X	18:00 - 19:00
	De 13 a 16 años	y/o V	
ADULTOS		L-X-V	19:00 - 20:00
	Según nivel		20:00 - 21:00

Actividad gestionada por el Club.

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

Adultos: consultar tarifas con el Club



FRONTENIS

Desde 6 años.

Inscripción: Atención presencial 8 y 10 de septiembre de 17.00 a 18.00 h. en la CD Joaquín Blume. C/ Joaquín Blume s/n. 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

Actividad gestionada por el Club.

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

TRIATHLON INFANTIL

De 6 a 17 años.

Inscripción: desde el 1 de septiembre de lunes a jueves en el correo tritorrejon@gmail.com. A partir de los 18 años consultar en 605 62 31 49 y 630 590 693

Actividad promovida por Club Triathlon Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. EL JUNCAL - Velódromo	L	18:30 - 20:30
C.D. LONDRES - Piscina	M	19:30 - 21:30
C.D. JOAQUÍN BLUME - Pista de atletismo	X	18:30 - 20:30
C.D. J.A. SAMARANCH - Piscina	S	12:00 - 14:00

Actividad gestionada por el Club.

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

ATLETISMO ADULTOS

Desde 16 años.

Inscripción: desde el 7 de septiembre de lunes a viernes en el C.D. Joaquín Blume (pista de atletismo). C/ Joaquín Blume s/n. Horario de 18:30 a 20:30 h. clubatletismotorrejon@gmail.com y <https://atletismotorrejon.blogspot.com>. Actividad promovida por Club Atletismo Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L a V	Según edad y nivel

Actividad gestionada por el Club.

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

ATLETISMO INFANTIL

De 6 a 15 años.

Inscripción: desde el 7 de septiembre en C.D. Joaquín Blume (pista de atletismo). Horario de 17:15 a 18:30 h. clubatletismotorrejon@gmail.com. Actividad promovida por Club Atletismo Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CIUDAD DEPORTIVA JOAQUÍN BLUME	L a J	Según edad y nivel

Actividad gestionada por el Club.

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

ATLETISMO PARQUE CATALUÑA

Inscripción: los días 3 y 4 de septiembre en la Sede del Club C.D. Parque Cataluña (C/ Hilados, s/n). Horario de 17:00 a 19:00 h. Actividad promovida por Club Deportivo Parque Cataluña.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
C.D. PARQUE CATALUÑA	L a J	Según edad y nivel

Actividad gestionada por el Club.

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

CICLISMO

Actividad gestionada por el Club Ciclista Torrejón

Sede: C.D. El juncal (C/ Londres 25). A partir del 8 de septiembre, martes de 18.00 a 20.00 h. Contacto: Ivan Hernandez tel. 600422170

Horarios de actividad, según valoración de nivel y edad

AJEDREZ

Según edad y nivel.

Inscripción: presencial los sábados 12, 19 y 26 de septiembre de 10.00 a 13.00 h. en el Club Ajedrez. C/ Granados, 29. Tlf: 687 86 87 94. escuelas.ajedrez.torrejon@gmail.com.

Actividad promovida por Club Ajedrez Torrejón.

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

Actividad gestionada por el Club.

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

GINNASIA RÍTMICA

Inscripción: 7 y 9 de septiembre en el Pabellón Sonia Abejón. C/ La plata s/n, de 17:00 a 19:00 h. 8 y 10 de septiembre en el C.D. Londres. C/ Londres 11. de 17:00 a 19:00 h. escuelas@ritmicatorrejon.es

Descargar formulario y acudir a la instalación deseada con él cumplimentado. Desde el 1 de octubre en el horario de la actividad.

Actividad promovida por Club Escuela Gimnasia Torrejón.

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

Actividad gestionada por el Club.

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

2 días (45 minutos) - 38,00 €/trimestre **(ADM 29,00 €)**

ARTES MARCIALES

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

JUDO INFANTIL

De 5 a 14 años

Inscripciones: acudir con hoja de inscripción cumplimentada.

7 y 9 de septiembre de 18:00 a 19:00 h. en C.D. El Juncal. 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
CENTRO POLIV. ABOGADOS DE ATOCHA	M-J	17:00 - 19:00
		18:00 - 19:00

Actividad gestionada por el Club.

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

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

JUDO ADULTOS

A partir de 15 años.

Inscripciones: 8 y 10 de septiembre de 19:00-20:00, en el Pabellón Sonia Abejón. 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

Actividad gestionada por el Club.

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

KARATE INFANTIL

Según edad y nivel. De 5 a 13 años.

Inscripciones: solicitud a entregar por el club y rellenar en el momento los días 14 y 16 de septiembre M4 Sonia Abejón de 18:00 a 20:00 h. y días 15 y 17 de septiembre en C.D. Juncal, de 18:30 a 20:30 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
CENTRO POLIV. ABOGADOS DE ATOCHA	L-X	17:00 - 18:00
		18:00 - 19:00

Actividad gestionada por el Club.

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

PARAKARATE

Infantil y adultos.

Inscripciones: solicitud a entregar por el club y cumplimentar en el momento, los días 14 y 16 de septiembre M4 Sonia Abejón, de 18:00 a 20:00 h., y días 15 y 17 de septiembre en C.D. Juncal de 18:30 a 20:00 h.

Horario de la actividad a determinar por el club. karatetorrejon@yahoo.es

KARATE ADULTOS

A partir de 14 años.

Inscripciones: a entregar por el club y rellenar en el momento días 14 y 16 septiembre en M4 Sonia Abejón de 18:00 a 20:00 h, y días 15 y 17 septiembre en C.D. Juncal de 18:30 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

Actividad gestionada por el Club.

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

2 días (1,5 horas) - 84,30 €/trimestre **(ADM 65,40 €)**

PATINAJE ARTÍSTICO. CLUB DIAMOND

Inscripciones: desde el 1 de septiembre. Contactar en el correo clubpatinajediamond@gmail.com o en el tlf. 624 59 95 58 en horario de 10:00 a 14:00 h.

Niveles: INICIACIÓN, AVANZADO y ADULTO

Actividad promovida por el Club Patinaje Diamond.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	NIVEL
CEIP VICENTE ALEIXANDRE	L-X	17:00 - 18:00	Según Valoración del club
	M-J-V	17:00 - 21:00	
CD LONDRES	L-X	18:00 - 21:00	
	M-J	19:00 - 20:00	
	V	19:30 - 21:00	
	S	11:00 - 14:00	

PATINAJE INFANTIL

4 a 15 años.

Inscripciones: 1 y 2 septiembre, de 18:00 a 20:00 h. C.D Londres. Tlf. 67 7507 416

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*
	Avanzado	18:00 - 19:00*
	M-J	Patinaje Artístico
	Iniciación	16:30 - 17:15*
	Iniciación	17:15 - 18:00*
		18:00 - 19:00
	V	18:00 - 19:30*

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

1 día (1 h. 30 minutos) - 31,00 €/trimestre **(ADM 24,25 €)**

2 días (45 minutos) - 31,00 €/trimestre **(ADM 24,25 €)**

PATINAJE ADULTO

Desde 16 años.

Inscripción: 1 y 2 de septiembre de 18.00 a 20.00 C.D. Londres. Tlf. 677 507 416. En el correo clubpatintorrejon@gmail.com.

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

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

Actividad gestionada por el Club.

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

1 día (1 h. 30 minutos) - 31,00 €/trimestre **(ADM 24,25 €)**

2 días (45 minutos) - 31,00 €/trimestre **(ADM 24,25 €)**

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



PÁDEL

Inscripciones: sólo para empadronados. 8 y 9 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.
cdepadeltorrejonescuelas@gmail.com

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

Actividad promovida por C.D. Parque Cataluña

Inscripción: 3 y 4 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	L a J	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: 8, 9 y 10 de septiembre. C.D. Joaquín Blume (oficina Club Tenis Torrejón). De 18:00 a 20:00 h. Tlf: 675 642 605 / 629 872 525.
clubdetenistorrejon@clubdetenistorrejon.com.

2 de septiembre: Día de Puertas Abiertas de escuelas de tenis.
Pruebas de nivel de 18.00 a 21.00 h.

Actividad promovida por Club de Tenis Torrejón.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
COMPLEJO DEPORTIVO EL JUNCAL	L-X o 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 min) - 74,30 €/bimestral **(ADM 60,50 €)**

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

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

TENIS DE MESA

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

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

Actividad gestionada por el Club.

2 días (1 hora) - 38,00 €/bimestre **(ADM 27,80 €)**

NATACIÓN

Inscripciones: a partir del 19 de septiembre, L y X de 17:00 a 19:00h.
CD JA Samaranch. Actividad promovida por el Club de Natación Torrejón.
Contacto: secretariado@cdntorrejon.org

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
CD JA SAMARANCH	L-V	Según edad y categoría

Niveles altos de natación (prueba de nivel). Será necesario obtener la licencia federativa del año en curso

ESCALADA

Entrenamiento (infantil/adulto).

Inscripciones: desde el 7 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
	M-J	17:30 - 18:30
ADULTO (*)	L-X	17:30 - 21:00
	M-J	17:30 - 21:00

Actividad gestionada por el Club.

Infantil: 2 días (1 hora) - 59,20 €/trimestre **(ADM 43,60 €)**

Adulto: 2 días (1 hora) - 76,00 €/trimestre **(ADM 55,00 €)**

(*) 2 horas de entrenamiento dirigido durante el horario y días elegidos

ESCALADA

4 trimestres del 01/07/26 al 30/6/27

Uso libre

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

Actividad gestionada por el Club.

Uso libre: 27,00 €/trimestre **(ADM 13,50 €)**
Socio Club Montaña Nemus: 13,50 €/trimestre **(ADM 9 €)**
Entrada de un día: 5,40 € **(ADM 4,20 €)**
Trimestre julio-septiembre: 13,50 € **(ADM 9 euros)**
Matrícula: 12,10 € **(ADM 6 euros)**



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.

Inscripción: 7, 9 y 10 de septiembre de 17:30 a 19:00 h. en el Pabellón Nuria Fernández. 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	2015-2020
CEIP VICENTE ALEIXANDRE	L-X	16:00 - 17:00	2015-2020
CEIP ANDRÉS SEGOVIA	L-X	16:00 - 17:00	2015-2020
GINER DE LOS RÍOS	L-X	16:00 - 17:00	2015-2020
JAIME VERA	M-J	16:00 - 17:00	2015-2020
JUAN RAMÓN JIMÉNEZ	M-J	16:00 - 17:00	2015-2020
CEIP MIGUEL DE CERVANTES	M-J	16:00 - 17:00	2013-2014
CD JOAQUÍN BLUME	L-X-V	17:15 - 19:15	2013-2014

Actividad gestionada por el Club.
2 días (1 hora) - 27,80 €/trimestre **(ADM 19,00 €)**

BALONCESTO

Según edad y nivel.

Actividad promovida por Club Básquet Torrejón

Inscripción: 14 y 16 de septiembre. C.D. Joaquín Blume. 670 788 772, De 18:00 a 20:00 h. informacion.tbs@gmail.com

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
PABELLÓN NURIA FERNÁNDEZ	L-X	17:00 - 18:00
PABELLÓN JAVI LIMONES	M-J	18:15 - 19:15

Actividad promovida por C.D. Parque Cataluña

Inscripción: 3 y 4 de septiembre. C.D. Parque Cataluña (C/ Hilados, s/n). De 17:00 a 19:0 h.

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

Actividad promovida por A.D. Severo Torrejón

Inscripción: desde el 1 de septiembre. C.E.I.P. Severo Ochoa (C/ Londres, 3). De 18:00 a 20:00 h.

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

Actividad gestionada por el Club.

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

El número de plazas para escuela con inscripción con ADM es limitado.

RUGBY

Actividad promovida por el Club de Rugby

Inscripción: desde el 1 de septiembre. C.D. Joaquín Blume. Tels.: 641 60 05 26 / 619 25 54 95. M-J de 18:00 a 20:00 en Campo de Rugby

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	NIVEL
CAMPO RUGBY	M-J	17:30 - 18:30	Sub 6-8-10
	M-J	18:30 - 20:00	Sub 14-16-18
	M-J	20:00 - 21:45	Adulto

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

VOLEIBOL

Según edad y nivel.

Actividad promovida por Club Voleibol Torrejón

Inscripción: desde el 1 de septiembre. Pabellón M4-Sonia Abejón. Horario de oficina: martes, jueves y viernes de 18 a 20 h. Tlf. 641 946 672 secretariacvtorrejon@gmail.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

Actividad gestionada por el Club.

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

BEISBOL

Niños de 7 a 15 años.

Actividad gestionada por el Club de softball Torrejón de Ardoz

Contacto: en horario de 9.00 a 14.00 y de 17 a 21.00 h. contactando a los tels: 682 07 17 57/623 46 39 10. Campo de softball, C.D. Joaquín Blume.

INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
HORARIO DE VERANO	L-X-V	17:30-19-30
HORARIO DE INVIERNO	L-X-V	16:30-18-30

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.

Actividad gestionada por el Club.

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.

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



FÚTBOL-SALA

Según edad y nivel.

Actividad promovida por C.D. Torrejón Sala Five Play

Disponible equipos femeninos. Inscripción: 9 y 11 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 o M-J	Según nivel

Actividad promovida por Club Torrejón Juncal

Inscripción: 8 y 10 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

Inscripción: Desde el 1 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

Inscripción: 1 y 4 de septiembre. C.D. Joaquín Blume.
Tlfs: 692 155 931 y 669 630 414 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: 7 y 9 de septiembre. Pistas exteriores del C.D. Joaquín Blume. 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 31 de agosto al 20 de septiembre

- Vía on line: aytotorreon.depsite.net
- De forma presencial:
 - Ciudad Deportiva Joaquín Blume
Teléfono: 91 656 31 11
 - Complejo Deportivo Calle Londres
Teléfono: 91 656 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 8 al 20 de septiembre (según cita)

1.2. Natación Bebé y Preinfantil

Del 1 al 15 de 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).

16 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-torreon.es>, 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 21 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 (sin cita previa)

Desde el 28 de septiembre (para empadronados y no empadronados).

C.D. LONDRES. Tlf: 91 656 14 83.
C.D. JOAQUÍN BLUME. Tlf: 91 656 31 11.
C.D. J.A. SAMARANCH. Tlf: 91 677 33 08.
C.D. EL JUNCAL. Tlf: 91 677 90 70 (desde 1 de octubre).

2. Documentación

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

3. Pruebas de nivel. Natación infantil, adulto y mayores

Previamente a la formalización de la inscripción deberá realizar la prueba de nivel (no es necesaria cita previa):

- Del 1 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 de lunes a viernes, de 16:30 a 19:30 h.

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

4. Grupos por edades

- **Bebés:** nacidos en 2025 y 2026 (mínimo 8 meses cumplidos en el momento de la incorporación a la actividad).
- **Pre-Infantil:** nacidos en 2023 y 2024.
- **Infantil I:** nacidos desde 2018 a 2022.
- **Infantil II:** nacidos desde 2012 a 2017.
- **Adulto:** nacidos desde 1964 a 2010
- **Tercera Edad:** nacidos en 1963 y anteriores.

COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES

NATACIÓN BEBÉS

Nacidos en 2025 y 2026 (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 11:45-12:15 12:15-12:45

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

NATACIÓN PRE-INFANTIL

Nacidos en 2023 y 2024.

	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 10:15-10:45 10:45-11:15 12:45-13:15
	D	09:45-10:15 10:15-10:45 10:45-11:15 12:45-13:15 13:15-13:45

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 2018 a 2022.

	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
	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
Intermedio	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 11:00-12:00 13:00-14:00
	D	11:00-12:00 13:00-14:00
Avanzado	L-X	16:30-17:00 17:00-17:30 17:30-18:00 18:00-18:30
	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	16:30-17:30 17:00-18:00 18:00-19:00 19:00-20:00
	S	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	16:30-17:00 17:00-17:30 17:30-18:00 18:00-18:30
	V	16:30-17:30 19:00-20:00
	S	12:00-13:00
	D	10:30-11:30

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 2012 a 2017.

NIVEL	DÍAS	HORA
Intermedio	L-X	18:30-19:00 19:00-19:30
	M-J	18:30-19:00 19:00-19:30
	V	19:30-20:30
	S	11:30-12:30 12:30-13:30
	D	10:00-11:00 12:00-13:00
Avanzado	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 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 2011.

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
Intermedio	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	20:00-21:00
Avanzado	L-X	10:00-10:30 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 o 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 €)



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 19:30-20:00
	M-J	09:30-10:00 11:30-12:00
		12:00-12:30 19:00-19:30
Intermedio	L-X	11:00-11:30 19:30-20:00
		10:30-11:00 11:00-11:30
	M-J	11:30-12:00 19:30-20:00
		20:30-21:00
Avanzado	L-X	10:00-10:30 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: ♥ Suave

Nacidos en 2009 y anteriores.

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

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



NATACIÓN ADAPTADA

Inscripción previa consulta.

	DÍAS	HORA
Actividad acuática adaptada para personas con discapacidad física, psíquica, sensorial o intelectual. Grupos reducidos.	V	15:50-16:20 16:20-16:50
	S	16:50-17:20 17:20-17:50
		13:15-14:00

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

NATACIÓN PARA EMBARAZADAS

Actividad acuática adaptada para personas en estado de gestación.

	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 2025 y 2026 (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.	L o X	17:00-17:30 17:30-18:00
		18:00-18:30
	M o J	16:30-17:00 17:00-17:30
		17:30-18:00 18:00-18:30
	S o D	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 2023 y 2024.

	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
		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	16:00-16:30 16:30-17:00
		17:00-17:30 17:30-18:00
		18:00-18:30 18:30-19:00
	S ó D	10:00-10:45 10:45-11:30
		11:30-12:15 12:15-13:00

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 2018 a 2022.

	DÍAS	HORA
Básico / Intermedio	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
		09:30-10:30 10:30-11:30
	S ó D	11:30-12:30 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 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	V	16:00-16:30 16:30-17:00
Valoración técnica		17:00-17:30 17:30-18:00
		18:00-18:30
	S	13:00-13:45
	D	13:00-13:45

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

NATACIÓN PARA EMBARAZADAS

Actividad acuática adaptada para personas en estado de gestación.

	DÍAS	HORA
	M-J	19:00-19:30

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

COMPLEJO DEPORTIVO
JUAN ANTONIO SAMARANCH

NATACIÓN INFANTIL I

Nacidos desde 2018 a 2022.

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	10:00-11:00
Intermedio	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
Avanzado	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	10:00-11:00 12:00-13:00
Perfeccionamiento	L-X	17:30-18:00 18:00-18:30
	M-J	17:30-18:00
	V	19:00-20:00

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 2012 a 2017.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	M-J	18:30-19:00
Intermedio	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

NIVEL	DÍAS	HORA
Avanzado	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
	S	19:00-20:00
Perfeccionamiento	L-X	11:00-12:00 12:00-13:00
	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 2011.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	09:15-09:45 09:45-10:15
	M-J	10:30-11:00 19:00-19:30
Intermedio	L-X	09:15-09:45 09:45-10:15
	M-J	10:30-11:00 19:00-19:30
Avanzado	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.

NIVEL	DÍAS	HORA
Básico	L-X	09:15-09:45 09:45-10:15
	M-J	10:30-11:00
Intermedio	L-X	09:15-09:45 09:45-10:15
	M-J	10:30-11:00
Avanzado	M-J	10:00-10:30
Perfeccionamiento	M-J	10:00-10:30

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

ACTIVIDADES ACUÁTICAS

COMPLEJO DEPORTIVO LONDRES

TF AQUAPILATES

Nacidos desde 1961 a 2010.

Intensidad: ♥ Suave

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

1 día (45 min.) - 36,75 €/bimestre (ADM 25,50 €)

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

TF AQUAEROBIC

Nacidos desde 1961 a 2010.

Intensidad: ♥♥ Media

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

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

1 día (45 min.) - 36,75 €/bimestre (ADM 25,50 €)

TF SWIMMING TRAINING Perfeccionamiento

Intensidad: ♥♥♥ Alta

Nacidos desde 1961 a 2010.

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

TF AQUAGYM

Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1961 a 2010.

NIVEL	DÍAS	HORA
Realización de ejercicios en el medio acuático encaminados a la mejora cardiovascular	L-X	20:00-20:30
	M-J	21:00-21:30
	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 1961 a 2010.

NIVEL	DÍAS	HORA
Actividad que desarrolla movilidad, coordinación y equilibrio en el medio acuático	L-X	16:00-16:30
	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 €)

TF AQUAEXTREM

Intensidad: ♥♥♥ Alta

Nacidos desde 1961 a 2010.

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

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

AQUASALUD MAYORES

Nacidos en 1963 y anteriores.

	DÍAS	HORA
Actividad que desarrolla movilidad, coordinación y equilibrio en el medio acuático	L-X	10:30-11:00 11:30-12:00 16:00-16:30
	M-J	10:30-11:00 12:00-12:30
	V	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**TF AQUADANCE**

Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1961 a 2010.

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

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

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

**TF AQUADINAMIC**

Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1961 a 2010.

	DÍAS	HORA
Actividad física de tonificación cardiovascular para la mejora de la condición física	V	19:00-20:00

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

TF AQUAPILATES

Intensidad: ♥ Suave

Nacidos desde 1961 a 2010.

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

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

TF AQUAGYM

Intensidad: ♥♥ Media

Nacidos desde 1961 a 2010.

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

Nacidos desde 1961 a 2010.

Intensidad: ♥ Suave

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

TF AQUAFIT

Nacidos desde 1961 a 2010.

Intensidad: ♥♥ Media

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

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

TF AQUAEXTREM

Nacidos desde 1961 a 2010.

Intensidad: ♥♥♥ Alta

	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

Nacidos desde 1963 y anteriores.

Intensidad: ♥ Suave

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

Nacidos en 1963 y anteriores.

Intensidad: ♥ Suave

	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 €)

AQUAGYM MAYORES

Nacidos en 1963 y anteriores.

Intensidad: ♥ Suave

	DÍAS	HORA
Actividad que entrena la fuerza y la mejora cardiovascular con baja intensidad (un corazón de intensidad)	L	09:30-10:00

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

**COMPLEJO DEPORTIVO
JUAN ANTONIO SAMARANCH****TF SWIMMING TRAINING** Perfeccionamiento

Nacidos desde 1961 a 2010.

Intensidad: ♥♥♥ Alta

NIVEL	DÍAS	HORA
Trabajo para mejorar la condición física a través de la natación.	M o J	09:30-10:30

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 [AFI]

TEMPORADA DE INVIERNO

CINCO BIMESTRES 01/09/2026 al 30/06/2027

TURNOS	DÍAS	HORA
TOTAL*	L a V	09:00 - 22:00
	S	09:00 - 21:30
	D - F	09:00 - 14:00
60,00 euros/bimestral (ADM 30,00 euros)		
MEDIUM*	L a V	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 01/07/2026 al 31/08/2027

TURNOS	DÍAS	HORA
VERANO	L a V	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. EL JUNCAL

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

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

adm

abono
deportivo
municipal



Más información en los centros deportivos
www.deportes-ayto-torreon.es

adm abono
deportivo
municipal

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 €	

INSCRIPCIONES:

C.D. JOAQUÍN BLUME

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

C.D. EL JUNCAL

C/ Londres, 25 - Tel. 916 779 070

C.D. LONDRES

C/ Londres, 11 - Tel. 916 561 483

C.D. J.A. SAMARANCH

C/ San Fernando, s/n - Tel. 916 773 308

- ▶ Acceso ilimitado a las piscinas cubiertas y de verano.
- ▶ Modalidad de servicio anual.
- ▶ Prioridad para alquilar instalaciones deportivas e importantes descuentos.
- ▶ Bonificaciones de hasta el 50% en todas las actividades deportivas.

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 €

ENTRADAS PISCINA					
VERANO			INVIERNO		
EMPADRONADO	NO EMPADRONADO		EMPADRONADO	NO EMPADRONADO	
	lunes a jueves	V, S, D, Festivo y víspera Festivo			
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 €

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 **FITNESS**



ENTRADA LIBRE PISCINAS INVIERNO

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

Todas las actividades del folleto marcadas con **TF**

50% DESCUENTO EN BONOS Y ENTRADAS PISCINAS DE VERANO

ACCESO SALA FITNESS (AFI)*

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 Stretch,
Gimnasia Senior, Yoga-Flex

ACONDICIONAMIENTO

Tábata Hit, Full Tábata, Zona Media, Activate, Activate 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, Zumbi Gym, Zumbi Fitness, Dance Fitness, Ciclo,
Ciclo-Xpress, Global Fusion, Step, Afi Combi

ACTIVIDADES ACUÁTICAS

Aquagym, Aquaerobic, Aquadynamic, Aquadance, Aquaextreme,
AquaPilates, Aquafit, Swimming Training

CATEGORÍAS	PRECIO/MES	PRECIO/MES NO EMPADRONADO
TARJETA FITNESS JÓVEN (a partir de 16 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 €