

KIROL IKASTAROAK

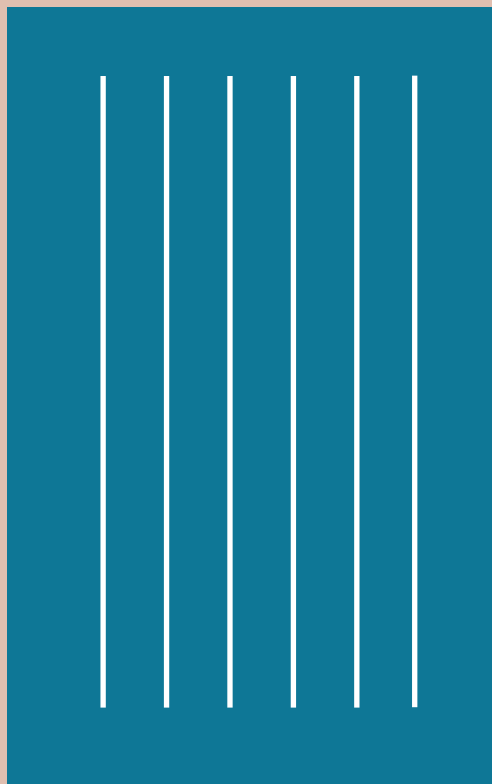
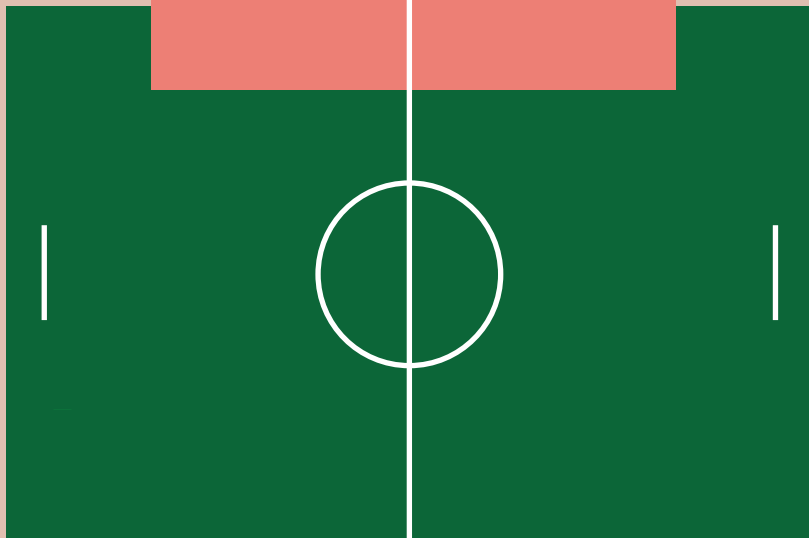
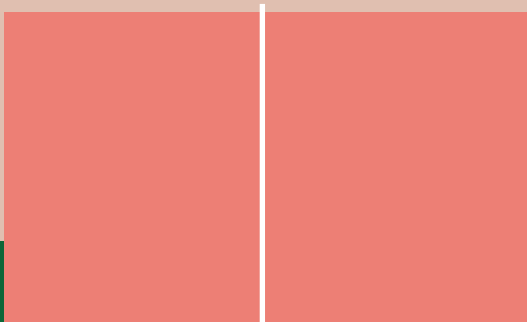
CURSOS DEPORTIVOS

2023/24



HELDUAK

PERSONAS ADULTAS



FADURA

ABONATUTAKO HELDUENTZAKO IKASTAROAK /
CURSOS PARA ADULTOS/AS ABONADOS/AS

CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	08 – 09
DANTZA	DANZA	08 – 09
GIMNASIA	GIMNASIA	08 – 11
IGERIKETA	NATACIÓN	10 – 11
PADELA	PÁDEL	12 – 15
GAZTEENTZAKO PADELA	PÁDEL JÓVENES	16 – 17
PILATESA	PILATES	16 – 17
TENISA	TENIS	18 – 19
YOGA	YOGA	20 – 21

GOBELA

CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	22 – 23
GIMNASIA	GIMNASIA	22 – 23
IGERIKETA	NATACIÓN	22 – 23
PADELA	PÁDEL	24 – 25
PILATESA	PILATES	26 – 27
TENISA	TENIS	28 – 29
YOGA	YOGA	28 – 29

GYM

FITNESS MUSKULAZIOA	FITNESS MUSCULACIÓN	30 – 31
GYM FADURA / GOBELA	GYM FADURA / GOBELA	30

KIROL-KLUBEK

ANTOLATUTAKO JARDUERAK.

(KONTSULTATU KLUBEKIN IZENA EMATEKO ARAUDIA)

32-37 ORRIALDEETAN.

ACTIVIDADES ORGANIZADAS POR CLUBES DEPORTIVOS.

(CONSULTAR LA NORMATIVA DE INSCRIPCIÓN CON LOS CLUBES)

EN LAS PÁGINAS 32-37.

HELDUENTZAKO KIROL ESKAINTZA

ARAUDIA ETA IZENA EMATEKO EGUTEGIA

Parte hartzeko, beharrezkoa da Getxo Kirolak-eko abonutxartela edukitzea eta aldeztatik izena ematea Fadura edo Gobelako bulegoetan edo Getxo Kirolak-en web orrialdearen bidez. Izapideak online egin nahi badituzu, NAN elektronikoa erabili beharko duzu edo web erabiltzaile bezala alta eman herritarrak artatzeko bulegoetan.

IZEN-EMATE BERRIAK

Ikastaro horietan aurrez izena eman nahi duten pertsona guztiek beren eskaera aurrez dezakete ekainaren 19tik uztailearen 20ra bitartean. Hala behar den kasuetan, mailari buruzko txartela eguneratuta izan beharko dute. Uztailearen 26an plazak automatikoki esleitzeko zozketa egingo da; kontuan izan behar da, lehen fasean, pertsona bakoitzeko eskaera bat bakarrik artatuko dela. Ondoren, plazak libre geratuko balira, esleitze-sistemak prozedura errepikatuko luke, harik eta dauden plazak eskaintza osatu arte.

Aukeraren bat baliogabetu edo zuzendu nahi izanez gero, idatziz edo web bidez egin beharko da abuztuaren 1etik hasi eta zazpi eguneko epean.

Abuztuaren 7tik aurrera, beste epe bat irekiko da plazak eskaintza osatu arte izena eman ahal izateko.

IKASKUNTZA-ZIKLOKO IKASTAROAK

Aurreko denboraldian, igeriketa, tenis edo padeleko ikastaro batean matrikulatuta egon diren eta jarraitzeko eskubidea duten pertsonak aurretiko izen-ematea egin dezakete maiatzaren 29tik ekainaren 9ra. Ekainaren 13an, pertsona bakoitzeko plaza bat esleituko duen zozketa egingo da.

KUOTEN ORDAINKETA

Ikastaroen kuota banku helbideratzearen bidez edo dirutan ordaindu beharko da irailaren 25a baino lehen. Ez ordaintzeak edo dagokion erreiboaren itzulerak plazaren galera eragiten du, baita ikastaro berritan izena emateko ezintasuna ere, zain dauden ordainketak egunean jarri arte.

MAILAKO PROBAK

Gogorarazten dizuegu tenis, padel eta igeriketa ikastaro aurreratuetan matrikulatzeko derrigorrezkoa dela maila probak gainditzea. Gainera, dagoeneko hasita dagoen ikastaro batean sartu nahi duten pertsonak maila egiaztatu beharko dute hastapen ikastaroetan, zein eskusiboki hasiberrientzat diren. Maila neurtzeko bi aukera daude:

a) Urritik ekainera maila neurtzeko probak hautatzen den mailako klase baten hasieran egin ahal izango dira.

b) Hitzordu bat eskatu irakasleekin posta elektronikoen bidez (atencionalclientegk@getxo.eus) edo kiroldegietako bulegoetan bertan.

INFORMAZIO OSAGARRIA

a) Bai abonutxartela edo bai Getxo Kirolak-ek antolatutako ikastaroenak hobari-sistema partzial batekin kontaktatu dute, interesatutako pertsonen urteko diru-sarrera garbiak kontuan hartuta. Informazioa eskuragarri dago Getxo Kirolak-en webgunean.

b) Plazarik lortu ez duten interesatuek itxaron zerrendan eman ahal izango dute izena, zeina denboraldi osoan zehar indarrean egongo den.

c) Zuen erosotasunerako, kuoten bankuhelbideratzea gomendatzen dizuegu. Leihatila bidezko ordainketak plazaren galera suposa lezake, ikastaroaren hurrengo hilabetea hasi baino zazpi egun lehenago egiten ez baldin bada.

d) Denboraldian zehar, kirol ikastaroetan baja ematea erabakitzen dutenek idatziz jakinarazi beharko dute gure bulegoetako edozeinetan edo webgunean, zerbitzuaren gozamenaren bukaera baino zazpi egun lehenago (jakinarazpen hauek igeriketako hiruhilabeteko ikastaroetarako ere badira).

e) Ikastaroaren prezio osoa bederatzi hilabetean zehar banatuko da proportzionalki, hilabete bakoitzean jasotzen den klase-kopurua edozein izanda ere.

f) Getxo Kirolak-ek eskubidea du denboraldian zehar bi ordainagiri itzultzen dituzten pertsonen kuotak ez helbideratzeko.

g) Posible den guztietan, Getxo Kirolak-ek irakasle elebidunak izango ditu.

h) Posible den guztietan, Getxo Kirolak-ek kirol behar bereziak kontuan hartzen ditu. Interesatuak Kirol arloarekin harremanetan jar daitezke.

i) Getxo Kirolak-ek eskubidea du ikasle bati baja emateko, baldin eta ikastaroetan izena eman eta, inolako justifikaziorik gabe, behin eta berriz ez badao.

j) Getxo Kirolak, ezinbesteko arrazoiengatik, eskubidea du programazioa aldatzeko (espazioak, egutegia, ikasleen kopurua, etab.).

k) Gobelan, padeleko eta teniseko pistak ez daude estalita, beraz, euria egiten duenean bestelako jarduerak aukeran izango dira. Gainera, ikastaroetan %25eko beherapena egingo da.

2023–2024 DENBORALDIA

DENBORALDIAREN EGUTEGIA

Ikasturtea 2023ko urriaren 2an hasiko da.

-Jaiak: urriak 12, azaroak 1, abenduak 6, abenduak 8, urtarrilak 29, maiatzak 1 eta datorren urterako esleitzeko dauden jaiegun ofizialez gain.

-Gabonetako Oporrak: ez dago klaserik abenduaren 20etik urtarrilaren 7ra arte (biak barne).

-Aste Santuko Oporrak: ez dago klaserik martxoaren 25etik apirilaren 1era arte (biak barne).

Ikasturtea 2024ko ekainaren 20an amaituko da. Oporralditan ikasleek Getxo Kirolak-ek antolatutako jardueren eskaintza eskuratu ahal izango dute.

JENDEARENTZAKO ARRETA BULEGOAK

Fadura: 94 430 80 70

Asteleheneetik ostegunera 8:00etatik 19:15era arte. (Ekainaren 15etik irailaren 2ra arte eta ostiraletan bulegoa irekita egongo da 14:15era arte)

Gobela: 94 404 51 51

Asteleheneetik ostiralera 8:00etatik 14:15era arte.

OFERTA DEPORTIVA PARA PERSONAS ADULTAS

NORMATIVA Y CALENDARIO DE INSCRIPCIÓN:

Para participar es necesario disponer del carné de abono de Getxo Kirolak y formalizar una inscripción previa en las oficinas de Fadura o Gobela o a través de la página web de Getxo Kirolak. Si se desea hacer los trámites online deberá utilizarse el DNI electrónico o darse de alta como usuario/a web en las oficinas de atención al público.

NUEVAS INSCRIPCIONES

Todas las personas que deseen preinscribirse a estos cursos pueden presentar su solicitud desde el 19 de junio hasta el 20 de julio. En caso necesario deberán tener la tarjeta de nivel actualizada. El día 26 de julio tendrá lugar el sorteo que asignará de manera automática las plazas teniendo en cuenta que, en una primera fase, únicamente se atenderá una solicitud por persona. Si después quedaran plazas libres, el sistema de asignación volvería a repetir el procedimiento hasta completar la oferta de plazas disponible.

En caso de anular o rectificar alguna opción deberá hacerse por escrito o a través de la web a partir del 1 de agosto en un plazo de siete días.

A partir del 7 de agosto se abre un nuevo plazo que permite inscribirse hasta que se complete la oferta de plazas.

Cursos de ciclo de aprendizaje

Las personas que han estado matriculadas la temporada anterior en un curso de natación, tenis o pádel y tienen derecho a continuar pueden hacer la preinscripción desde el 29 de mayo hasta el 9 de junio. El 13 de junio tendrá lugar el sorteo que asignará una única plaza por persona.

PAGO DE CUOTAS

La cuota de los cursillos organizados por Getxo Kirolak deberá abonarse mediante domiciliación bancaria o en efectivo antes del 25 de septiembre. El impago o la devolución del recibo correspondiente ocasionan la pérdida de la plaza y la imposibilidad de apuntarse a nuevos cursos hasta estar al corriente de los abonos pendientes. En el caso de los cursos organizados por clubes deportivos, el pago se efectuará directamente a las entidades en las fechas que éstas establezcan.

PRUEBAS DE NIVEL

Recordamos que para matricularse en los cursos avanzados de tenis, pádel y natación es necesario superar una prueba de nivel. Además, aquellas personas que se quieran incorporar a un curso ya empezado deberán acreditar el nivel incluso en los cursos de iniciación, que son exclusivamente para principiantes. Para poder acreditar el nivel hay dos opciones:

a) De octubre a junio las pruebas de nivel se podrán realizar al inicio de una clase del nivel al que se quiere acceder.

b) Solicitar una cita con el profesorado a través del correo electrónico: atencionalclientegk@getxo.eus.

INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA

a) Tanto la cuota de abono como la de los cursos organizados por Getxo Kirolak cuentan con un sistema de bonificación parcial teniendo en cuenta los ingresos brutos anuales de las personas interesadas. La información está disponible en la página web de Getxo Kirolak.

b) Las personas interesadas que no hayan podido acceder a una plaza podrán inscribirse en las listas de espera que estarán en vigor durante toda la temporada.

c) Para su comodidad, recomendamos la domiciliación bancaria de las cuotas. El pago en ventanilla puede ocasionar la pérdida de la plaza si no se abona siete días antes de que comience el siguiente mes de cursillo.

d) Durante la temporada, las personas que decidan darse de baja de los cursos deportivos deberán notificarlo por escrito en cualquiera de nuestras oficinas o a través de la web siete días antes de la finalización del disfrute del servicio (esta notificación incluye los cursos trimestrales de natación).

e) El precio total del curso ha sido prorrateado en nueve mensualidades independientemente del número de clases que se reciban cada mes.

f) Getxo Kirolak se reserva el derecho de no domiciliar las cuotas de cursillo de las personas que devuelvan dos recibos durante la temporada.

g) Siempre que sea posible Getxo Kirolak contará con profesorado bilingüe.

h) Siempre que sea posible Getxo Kirolak atiende necesidades deportivas especiales. Las personas interesadas pueden ponerse en contacto con el área de Deportes.

i) Getxo Kirolak se reserva el derecho de dar de baja a una persona inscrita en los cursos si, de manera reiterada, falta de manera injustificada a los mismos.

j) Getxo Kirolak se reserva el derecho de modificar su programación por razones de fuerza mayor (espacios, calendario, número de personas inscritas, etc.).

k) En Gobela las pistas de pádel y tenis son descubiertas por lo que se propondrán actividades alternativas cuando llueva. Además, a estos cursos se les aplica un descuento del 25%.

TEMPORADA 2023-2024

CALENDARIO DE LA TEMPORADA

El curso se inicia el 2 de octubre de 2023.

-Fiestas: 12 de octubre, 1 de noviembre, 6 de diciembre, 8 de diciembre, 29 de enero y 1 de mayo (además de los días festivos oficiales pendientes de asignación de cara al año que viene).

-Vacaciones de Navidad: no hay clase desde el 20 de diciembre hasta el 7 de enero (ambos incluidos).

-Vacaciones de Semana Santa: no hay clase desde el 25 de marzo al 1 de abril (ambos incluidos).

El curso finaliza el 20 de junio de 2024.

En los periodos de vacaciones los/as cursillistas podrán acceder a la oferta de actividades organizadas por Getxo Kirolak.

OFICINAS DE ATENCIÓN AL PÚBLICO


Fadura: 94 430 80 70

De lunes a jueves de 8:00h. a 19:15h. (viernes hasta las 14:15h.)


Desde el 15 de junio hasta el 2 de septiembre y los viernes la oficina está abierta hasta las 14:15h.

Gobela: 94 404 51 51

De lunes a viernes de 8:00 a 14:15h.

JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN		PREZIOA / PRECIO	< 16	≥ 16
Ciclo Indoor									
Ciclo indoor	A	≥ 15	●○○○○○○○	18:30 – 19:15	Ciclo indoorreko gela / Sala ciclo indoor	✓	17,70	27,90	
Ciclo indoor	A	≥ 15	●○○○○○○○	20:30 – 21:15	Ciclo indoorreko gela / Sala ciclo indoor		17,70	27,90	
Ciclo indoor	A	≥ 15	○○●○○○○○	17:30 – 18:15	Ciclo indoorreko gela / Sala ciclo indoor		17,70	27,90	
Ciclo indoor	A	≥ 15	○○●○○○○○	18:30 – 19:15	Ciclo indoorreko gela / Sala ciclo indoor		17,70	27,90	
Ciclo indoor	A	≥ 15	○○●○○○○○	19:30 – 20:15	Ciclo indoorreko gela / Sala ciclo indoor	✓	17,70	27,90	
Ciclo indoor	A	≥ 15	○○●○○○○○	20:30 – 21:15	Ciclo indoorreko gela / Sala ciclo indoor	✓	17,70	27,90	
Ciclo indoor	A	≥ 15	●○○●○○○○	09:30 – 10:15	Ciclo indoorreko gela / Sala ciclo indoor	✓	23,10	39,30	
Dantza / Danza									
Dantza kreatiboa / Danza creativa									
		≥ 18	●○○○○○○○	18:30 – 19:20	Balio anitzeko 2. gela / Sala polivalente 2		17,70		
Gimnasia									
Cross Gym		≥ 15	●○○○○○○○	19:30 – 20:20	Balio anitzeko 1. gela / Sala polivalente 1		17,70	27,90	
Cross Gym		≥ 15	●○○○○○○○	20:30 – 21:20	Balio anitzeko 1. gela / Sala polivalente 1		17,70	27,90	
Aero Zumba		≥ 15	●○○○○○○○	17:30 – 18:20	Balio anitzeko 1. gela / Sala polivalente 1		17,70	27,90	
Global fitness		≥ 15	●○○○○○○○	15:30 – 16:20	Balio anitzeko 1. gela / Sala polivalente 1		17,70	27,90	
Global fitness		≥ 15	●○○○○○○○	18:30 – 19:20	Balio anitzeko 1. gela / Sala polivalente 1		17,70	27,90	
Global fitness		≥ 15	○○●○○○○○	09:30 – 10:20	Balio anitzeko 1. gela / Sala polivalente 1		17,70	27,90	
Global fitness		≥ 15	○○●○○○○○	10:30 – 11:20	Balio anitzeko 1. gela / Sala polivalente 1		17,70	27,90	
Global fitness		≥ 15	○○●○○○○○	11:30 – 12:20	Balio anitzeko 1. gela / Sala polivalente 1		17,70	27,90	
Global fitness		≥ 15	○○●○○○○○	16:30 – 17:20	Balio anitzeko 1. gela / Sala polivalente 1		17,70	27,90	
Global fitness		≥ 15	○○●○○○○○	18:30 – 19:20	Balio anitzeko 1. gela / Sala polivalente 1		17,70	27,90	



JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN		PREZIOA / PRECIO	< 16	≥ 16
Gimnasia									
Global fitness		≥ 15	●○○●○○○	09:30 – 10:20	Balio anitzeko 2. gela / Sala polivalente 2	✓	23,10	39,30	
Global fitness		≥ 15	●○○●○○○	10:30 – 11:20	Balio anitzeko 1. gela / Sala polivalente 1		23,10	39,30	
Mantentze kirola / Mantenimiento deporte		≥ 15	○○○●○○○	19:30 – 20:20	3. modulua / Módulo 3	✓	17,70	27,90	
Mantentze kirola / Mantenimiento deporte		≥ 15	○○○●○○○	20:30 – 21:20	2. – 3. modulua / Módulo 2 – 3		17,70	27,90	
Stretching		≥ 15	○○○●○○○	19:30 – 20:20	Balio anitzeko 1. gela / Sala polivalente 1		17,70	27,90	
Igeriketa / Natación								≥ 17	
Hastapena / Iniciación	A, C	≥ 17	●○○○○○○○	20:30 – 21:20	Pileta	✓	27,90		
Hastapena / Iniciación	A, C	≥ 17	●○○●○○○	11:00 – 11:50	Pileta		39,30		
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B, C	≥ 17	●○○○○○○○	19:30 – 20:20	Barruko igerilekua / Piscina cubierta	✓	27,90		
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B, C	≥ 17	●○○●○○○	10:00 – 10:50	Barruko igerilekua / Piscina cubierta		39,30		
Mantentze aurrekoa / Premantenimiento	B	≥ 17	○○○●○○○	11:00 – 11:50	Barruko igerilekua / Piscina cubierta		27,90		
Mantentze aurrekoa / Premantenimiento	B	≥ 17	○○○●○○○	19:30 – 20:20	Barruko igerilekua / Piscina cubierta		27,90		
Mantentzea / Mantenimiento	B	≥ 17	●○○○○○○○	19:30 – 20:20	Barruko igerilekua / Piscina cubierta	✓	27,90		
Mantentzea / Mantenimiento	B	≥ 17	●○○○○○○○	20:30 – 21:20	Barruko igerilekua / Piscina cubierta	✓	27,90		
Mantentzea / Mantenimiento	B	≥ 17	○○○●○○○	10:00 – 10:50	Barruko igerilekua / Piscina cubierta		27,90		
Mantentzea / Mantenimiento	B	≥ 17	○○○●○○○	11:00 – 11:50	Barruko igerilekua / Piscina cubierta		27,90		
Mantentzea / Mantenimiento	B	≥ 17	○○○●○○○	16:30 – 17:20	Igerileku olinpikoa / Piscina olímpica	✓	27,90		
Mantentzea / Mantenimiento	B	≥ 17	○○○●○○○	19:30 – 20:20	Barruko igerilekua / Piscina cubierta		27,90		
Mantentzea / Mantenimiento	B	≥ 17	○○○●○○○	20:30 – 21:20	Barruko igerilekua / Piscina cubierta	✓	27,90		
Mantentzea / Mantenimiento	B	≥ 17	●○○●○○○	09:00 – 09:50	Barruko igerilekua / Piscina cubierta		39,30		
Mantentzea / Mantenimiento	B	≥ 17	●○○●○○○	10:00 – 10:50	Barruko igerilekua / Piscina cubierta		39,30		
Mantentzea / Mantenimiento	B	≥ 17	●○○●○○○	11:00 – 11:50	Barruko igerilekua / Piscina cubierta		39,30		


A. Ikaskuntza zikloko ikastaroa. / Curso de aprendizaje.

B. Egiaztatze-proba beharrezkoa da. / Requiere prueba de nivel.


C. Ikastaroa 3 hilabetekoa da (urria-abendua, urtarrila-martxo eta apirila-ekaina). / El curso es trimestral (octubre-diciembre, enero-marzo y abril-junio).



Euskara izango da hizkuntza nagusia gaztelaniarekin elkarBIZItzan. / El euskera será el idioma de comunicación habitual en conVIVEncia con el castellano.

JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN		PREZIOA / PRECIO
Padela / Pádel							≥ 18
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	○○○○●○○	11:30 – 12:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	28,95
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	○○○○●○○	15:30 – 16:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		28,95
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	○○○○●○○	17:30 – 18:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		28,95
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	○○○○●○○	19:30 – 20:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		28,95
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	●●●○○○○	10:30 – 11:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	●●●○○○○	16:30 – 17:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	●●●○○○○	18:30 – 19:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	●●●○○○○	20:30 – 21:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	○●○●○○○	12:30 – 13:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	○●○●○○○	15:30 – 16:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	○●○●○○○	18:30 – 19:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	○●○●○○○	19:30 – 20:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○○○○●○○	10:30 – 11:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		28,95
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○○○○●○○	15:30 – 16:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		28,95
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○○○○●○○	18:30 – 19:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	28,95
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	●●●○○○○	08:30 – 09:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	●●●○○○○	09:30 – 10:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	●●●○○○○	11:30 – 12:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	●●●○○○○	15:30 – 16:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	●●●○○○○	17:30 – 18:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	●●●○○○○	19:30 – 20:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○●○●○○○	08:30 – 09:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○●○●○○○	11:30 – 12:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○●○●○○○	15:30 – 16:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○●○●○○○	16:30 – 17:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○●○●○○○	19:30 – 20:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○●○●○○○	20:30 – 21:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30




JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN		PREZIOA / PRECIO
Padela / Pádel							≥ 18
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○○○○●○○	08:30 – 09:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		28,95
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○○○○●○○	09:30 – 10:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	28,95
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○○○○●○○	10:30 – 11:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		28,95
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○○○○●○○	15:30 – 16:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		28,95
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○○○○●○○	16:30 – 17:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	28,95
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○○○○●○○	19:30 – 20:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	28,95
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●●●○○○○	08:30 – 09:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●●●○○○○	10:30 – 11:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●●●○○○○	11:30 – 12:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●●●○○○○	15:30 – 16:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●●●○○○○	18:30 – 19:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●●●○○○○	19:30 – 20:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●●●○○○○	20:30 – 21:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○●○●○○○	09:30 – 10:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○●○●○○○	11:30 – 12:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○●○●○○○	12:30 – 13:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○●○●○○○	16:30 – 17:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○●○●○○○	18:30 – 19:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●●●○●○○	12:30 – 13:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	49,95
Teknifikazioa / Tecnificación	B	≥ 18	○○○○●○○	09:30 – 10:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		28,95
Teknifikazioa / Tecnificación	B	≥ 18	○○○○●○○	16:30 – 17:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		28,95
Teknifikazioa / Tecnificación	B	≥ 18	○○○○●○○	18:30 – 19:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		28,95
Teknifikazioa / Tecnificación	B	≥ 18	●●●○○○○	09:30 – 10:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Teknifikazioa / Tecnificación	B	≥ 18	○●○●○○○	09:30 – 10:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Teknifikazioa / Tecnificación	B	≥ 18	○●○●○○○	19:30 – 20:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30



JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN		PREZIOA / PRECIO	
Gazteentzako padela / Pádel jóvenes							< 16	≥ 16
Gazteentzako hastapena / Jóvenes iniciación	A	14 – 18	○○○○●○○○	17:30 – 18:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		17,65	28,95
Gazteentzako hastapena / Jóvenes iniciación	A	14 – 18	●●●○○○○○	17:30 – 18:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		23,10	39,30
Gazteentzako hobekuntza / Jóvenes perfeccionamiento	A, B	14 – 18	●●●○○○○○	16:30 – 17:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	23,10	39,30
Gazteentzako hobekuntza / Jóvenes perfeccionamiento	A, B	14 – 18	○●●●○○○○	17:30 – 18:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		23,10	39,30
Gazteentzako gaitasuna / Jóvenes aptitud	A, B	14 – 18	○○○○●○○○	16:30 – 17:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		17,65	28,95
Gazteentzako gaitasuna / Jóvenes aptitud	A, B	14 – 18	○●●●○○○○	17:30 – 18:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	23,10	39,30
Pilatesa / Pilates							≥ 17	
Pilatesa / Pilates		≥ 17	●●●○○○○○	11:30 – 12:20	Balio anitzeko 2. gela / Sala polivalente 2		27,90	
Pilatesa / Pilates		≥ 17	●●●○○○○○	19:30 – 20:20	Balio anitzeko 2. gela / Sala polivalente 2		27,90	
Pilatesa / Pilates		≥ 17	●●●○○○○○	20:30 – 21:20	Balio anitzeko 2. gela / Sala polivalente 2	✓	27,90	
Pilatesa / Pilates		≥ 17	○●●●○○○○	08:30 – 09:20	Balio anitzeko 2. gela / Sala polivalente 2	✓	27,90	
Pilatesa / Pilates		≥ 17	○●●●○○○○	11:30 – 12:20	Balio anitzeko 2. gela / Sala polivalente 2		27,90	
Pilatesa / Pilates		≥ 17	○●●●○○○○	20:30 – 21:20	Balio anitzeko 3. gela / Sala polivalente 3		27,90	
Pilatesa / Pilates		≥ 17	●●●○●○○○	09:30 – 10:20	Balio anitzeko 1. gela / Sala polivalente 1		39,30	
Pilatesa / Pilates		≥ 17	●●●○●○○○	11:30 – 12:20	Balio anitzeko 1. gela / Sala polivalente 1	✓	39,30	
Pilates teknifikazioa / Pilates tecnificación		≥ 17	●●●○○○○○	10:30 – 11:20	Balio anitzeko 2. gela / Sala polivalente 2		27,90	
Pilates teknifikazioa / Pilates tecnificación		≥ 17	●●●○○○○○	19:30 – 20:20	Balio anitzeko 3. gela / Sala polivalente 3		27,90	
Pilates teknifikazioa / Pilates tecnificación		≥ 17	●●●○○○○○	20:30 – 21:20	Balio anitzeko 3. gela / Sala polivalente 3	✓	27,90	
Pilates teknifikazioa / Pilates tecnificación		≥ 17	○●●●○○○○	09:30 – 10:20	Balio anitzeko 2. gela / Sala polivalente 2	✓	27,90	
Pilates teknifikazioa / Pilates tecnificación		≥ 17	○●●●○○○○	20:30 – 21:20	Balio anitzeko 2. gela / Sala polivalente 2		27,90	
Pilates (bizkar osasuntsua) / Pilates (espalda sana)		≥ 17	○●●●○○○○	10:30 – 11:20	Balio anitzeko 2. gela / Sala polivalente 2		27,90	




JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN		PREZIOA / PRECIO
Tenisa / Tenis							≥ 18
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	○○○○●○○	16:40 – 17:30	Pista estaliak / Pistas cubiertas		28,95
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	○●○●○○○	09:30 – 10:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	○●○●○○○	20:30 – 21:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○○○○●○○	19:30 – 20:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	28,95
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	●○●○○○○	20:30 – 21:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○●○●○○○	09:30 – 10:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○●○●○○○	19:30 – 20:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○●○●○○○	20:30 – 21:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	●○●○●○○	10:30 – 11:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		49,95
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●○●○○○○	19:30 – 20:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●○●○○○○	20:30 – 21:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○●○●○○○	10:30 – 11:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○●○●○○○	19:30 – 20:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○●○●○○○	20:30 – 21:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	✓	39,30
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●○●○●○○	08:30 – 09:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		49,95
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●○●○●○○	09:30 – 10:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		49,95
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●○●○●○○	10:30 – 11:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas		49,95



Euskara izango da hizkuntza nagusia gaztelaniarekin elkarBIZItzan. /
El euskera será el idioma de comunicación habitual en conVIVEncia con el castellano.

A. Ikaskuntza zikloko ikastaroa. / Curso de aprendizaje.
B. Egiaztatze-proba beharrezkoa da. / Requiere prueba de nivel.

JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN		PREZIOA / PRECIO
Yoga							≥ 17
Yoga	A	≥ 17	●○○●○○○○	08:30 – 09:50	Txikigune		39,30
Yoga	A	≥ 17	●○○●○○○○	10:00 – 11:20	Txikigune		39,30
Yoga	A	≥ 17	●○○●○○○○	16:30 – 17:50	Txikigune	✓	39,30
Yoga	A	≥ 17	●○○●○○○○	18:00 – 19:20	Txikigune	✓	39,30
Yoga	A	≥ 17	●○○●○○○○	19:30 – 20:50	Txikigune		39,30
Yoga	A	≥ 17	○●○●○○○○	11:30 – 12:50	Txikigune		39,30
Yoga	A	≥ 17	○●○●○○○○	17:00 – 18:20	Txikigune		39,30
Yoga	A	≥ 17	○●○●○○○○	18:30 – 19:50	Txikigune		39,30
Yoga	A	≥ 17	○●○●○○○○	20:00 – 21:20	Txikigune		39,30
Yoga	A	≥ 17	○●○●○○○○	10:00 – 11:20	Txikigune		39,30



Euskara izango da hizkuntza nagusia gaztelaniarekin elkarBIZItzan. /
El euskera será el idioma de comunicación habitual en conVIVEncia con el castellano.

A. Saioak 80 minutukoak dira. / Las sesiones tienen una duración de 80 minutos.

JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN		PREZIOA / PRECIO	
Ciclo Indoor							< 16	≥ 16
Ciclo indoor	A	≥ 15	●○○○○○	19:30 – 20:15	1. gela / Sala 1	✓	17,70	27,90
Ciclo indoor	A	≥ 15	○●○○○○	18:30 – 19:15	1. gela / Sala 1	✓	17,70	27,90
Gimnasia							< 16	≥ 16
Aero Zumba		≥ 15	○○●○○○	18:30 – 19:20	4. gela / Sala 4		17,70	27,90
Global fitness		≥ 15	●○○○○○	18:30 – 19:20	4. gela / Sala 4	✓	17,70	27,90
Global fitness		≥ 15	○●○○○○	09:30 – 10:20	4. gela / Sala 4	✓	17,70	27,90
Global fitness		≥ 15	○●○○○○	17:30 – 18:20	4. gela / Sala 4	✓	17,70	27,90
Global fitness		≥ 15	●○○●○○	09:30 – 10:20	4. gela / Sala 4		23,10	39,30
Igeriketa / Natación							≥ 17	
Hastapena / Iniciación	B, D	≥ 17	○○●○○○	10:00 – 10:50	Pileta	✓	27,90	
Hastapena / Iniciación	B, D	≥ 17	○○●○○○	19:30 – 20:20	Pileta	✓	27,90	
Hobekuntza / Perfeccionamiento	B, C, D	≥ 17	●○○○○○	10:00 – 10:50	25 metroko igerilekua / Piscina 25 metros		27,90	
Hobekuntza / Perfeccionamiento	B, C, D	≥ 17	○○●○○○	19:30 – 20:20	25 metroko igerilekua / Piscina 25 metros		27,90	
Mantentzea / Mantenimiento	C	≥ 17	●○○○○○	11:00 – 11:50	25 metroko igerilekua / Piscina 25 metros		27,90	
Mantentzea / Mantenimiento	C	≥ 17	●○○○○○	19:30 – 20:20	25 metroko igerilekua / Piscina 25 metros	✓	27,90	
Aquagym		≥ 17	●○○○○○	19:30 – 20:20	Pileta	✓	27,90	
Aquagym		≥ 17	○●○○○○	20:30 – 21:20	Pileta	✓	27,90	


- A. Sesioak 45 minutukoak dira. / Las sesiones tienen una duración de 45 minutos.
- B. Ikaskuntza zikloko ikastaroa. / Curso de aprendizaje.
- C. Egiaztatze-proba beharrezkoa da. / Requiere prueba de nivel.
- D. Ikastaroa 3 hilabetekoa da (urria-abendua, urtarrila-martxo eta apirila-ekaina). / El curso es trimestral (octubre-diciembre, enero-marzo y abril-junio).




Euskara izango da hizkuntza nagusia gaztelaniarekin elkarBIZItzan. / El euskera será el idioma de comunicación habitual en conVIVEncia con el castellano.

JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN		PREZIOA / PRECIO
Padela / Pádel							≥ 18
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	○○○○●○○	16:30 – 17:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	21,70
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	○●○●○○○	10:30 – 11:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas		29,50
Hastapena / Iniciación	A	≥ 18	○●○●○○○	17:30 – 18:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	29,50
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○○○○●○○	18:30 – 19:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	21,70
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○○○○●○○	19:30 – 20:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	21,70
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	●○○○○○○	15:30 – 16:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	29,50
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	●○○○○○○	16:30 – 17:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	29,50
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	●○○○○○○	18:30 – 19:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	29,50
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	●○○○○○○	20:30 – 21:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	29,50
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○●○●○○○	16:30 – 17:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	29,50
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○●○●○○○	19:30 – 20:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	29,50
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	●○○●○○○	09:30 – 10:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	37,40
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	●○○●○○○	10:30 – 11:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas		37,40
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○○○○●○○	15:30 – 16:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	21,70
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○○○○●○○	17:30 – 18:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	21,70
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●○○○○○○	17:30 – 18:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	29,50
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	○●○●○○○	18:30 – 19:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	29,50
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●○○●○○○	09:30 – 10:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas		37,40
Teknifikazioa / Tecnificación	B	≥ 18	●○○○○○○	19:30 – 20:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	29,50
Teknifikazioa / Tecnificación	B	≥ 18	○●○●○○○	20:30 – 21:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	29,50



JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN		PREZIOA / PRECIO
Pilatesa / Pilates							≥ 17
Pilatesa / Pilates		≥ 17	●○○○○○	10:30 – 11:20	2. gela / Sala 2		27,90
Pilatesa / Pilates		≥ 17	●○○○○○	11:30 – 12:20	2. gela / Sala 2		27,90
Pilatesa / Pilates		≥ 17	●○○○○○	18:30 – 19:20	2. gela / Sala 2		27,90
Pilatesa / Pilates		≥ 17	●○○○○○	20:30 – 21:20	2. gela / Sala 2		27,90
Pilatesa / Pilates		≥ 17	○●○○○○	10:30 – 11:20	2. gela / Sala 2		27,90
Pilatesa / Pilates		≥ 17	○●○○○○	11:30 – 12:20	2. gela / Sala 2	✓	27,90
Pilatesa / Pilates		≥ 17	○●○○○○	19:30 – 20:20	2. gela / Sala 2		27,90
Pilatesa / Pilates		≥ 17	○●○○○○	20:30 – 21:20	2. gela / Sala 2		27,90
Pilates teknifikazioa / Pilates tecnificación		≥ 17	●○○○○○	19:30 – 20:20	4. gela / Sala 4		27,90
Pilates teknifikazioa / Pilates tecnificación		≥ 17	○●○○○○	09:30 – 10:20	2. gela / Sala 2	✓	27,90
Pilates teknifikazioa / Pilates tecnificación		≥ 17	○●○○○○	10:30 – 11:20	4. gela / Sala 4	✓	27,90
Pilates (bizkar osasuntsua) / Pilates (espalda sana)		≥ 17	●○○○○○	09:30 – 10:20	2. gela / Sala 2	✓	27,90



JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN		PREZIOA / PRECIO
Tenisa / Tenis							≥ 18
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○●○○○○○	19:30 – 20:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	29,50
Hobekuntza / Perfeccionamiento	A, B	≥ 18	○●○○○○○	20:30 – 21:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	29,50
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●○○○○○	19:30 – 20:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	29,50
Gaitasuna / Aptitud	A, B	≥ 18	●○○○○○	20:30 – 21:20	Estaligabeko pistak / Pistas descubiertas	✓	29,50
Yoga							≥ 17
Yoga	C	≥ 17	●○○○○○	10:00 – 11:20	5. gela / Sala 5		39,30
Yoga	C	≥ 17	○●○○○○○	10:00 – 11:20	5. gela / Sala 5		39,30
Yin yoga	C	≥ 17	●○○○○○	19:30 – 20:20	5. gela / Sala 5		27,90
Yoga berriztatzailea / Yoga restaurativo	C	≥ 17	●○○○○○	20:30 – 21:20	5. gela / Sala 5		27,90



Euskara izango da hizkuntza nagusia gaztelaniarekin elkarBIZItzan. /
El euskera será el idioma de comunicación habitual en conVIVEncia con el castellano.

- A. Ikaskuntza zikloko ikastaroa. / Curso de aprendizaje.
- B. Egiaztatze-proba beharrezkoa da. / Requiere prueba de nivel.
- C. Saioak 80 minutukoak dira. / Las sesiones tienen una duración de 80 minutos.

GYM FADURA

JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN	PREZIOA / PRECIO
Fitness muskulazioa / Fitness musculación						≥ 14
Fitness muskulazioa FADURA / Fitness musculación FADURA	A	≥ 14	●●●●●●●	07:30 – 21:30	Fitness gela / Sala fitness	37,40
Fitness muskulazioa GOBELA / Fitness musculación GOBELA	A	≥ 14	●●●●●●●	07:30 – 21:30	Fitness gela / Sala fitness	37,40

DOAKO JARDUERAK GIMNASIOAN IZENA EMANDA DUTENENTZAT / ACTIVIDADES GRATUITAS PARA CURSILLISTAS DEL GIMNASIO

	Al / Lun	As / Mar	Az / Mie	Og / Jue	Or / Vie
07:45 – 08:15	HIIT	GAP	Funtzionala / Funcional	CORE	HIIT
09:00 – 09:30	Bizkar osasuntsua / espalda sana	Hipopresiboak / Hipopresivos	Streching	Hipopresiboak / Hipopresivos	Elastic band
12:30 – 13:00	Streching	Elastic band	Kardio leuna / Cardio suave	Bizkar osasuntsua / espalda sana	Global fitness
14:00 – 14:30	Funtzionala / Funcional	HIIT	CORE	Funtzionala / Funcional	GAP
16:00 – 16:30	GAP	CORE	HIIT	GAP	Funtzionala / Funcional

GYM GOBELA

31

A. Hilaren 11tik aurrera 26,50€ balio du; eta hilaren 21etik aurrera 16,80€ / El precio a partir del día 11 del mes es de 26,50€; y a partir del día 21 de 16,80€.

CICLO INDOOR

Fitness-muskulazio gimnasioetan izena eman duten pertsonak ziklo indoor birtualeko doako eskolak jaso ahal izango dituzte, eta modalitate horretako irakasleekin egiten diren saioetan (kontsultatu programazioa 9. eta 23. orrialdeetan) parte hartu ahal izango dute, baldin eta plazak badaude.

Las personas inscritas en los gimnasios de fitness-musculación podrán recibir clases gratuitas de ciclo indoor virtual y participar en las sesiones con profesorado de esta modalidad (consulta la programación en las páginas 9 y 23) siempre que haya plazas disponibles.

KIROL-KLUBEK ANTOLATUTAKO JARDUERAK

(KONTSULTATU KLUBEKIN IZENA EMATEKO ARAUDIA)

ACTIVIDADES ORGANIZADAS POR CLUBES DEPORTIVOS

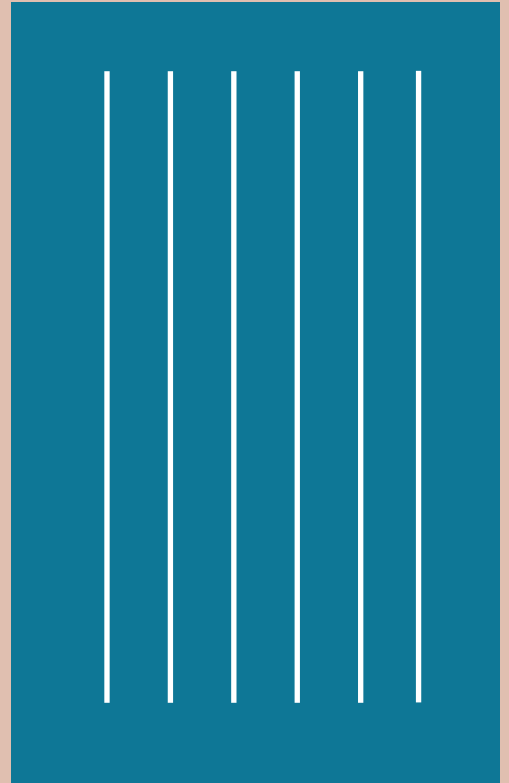
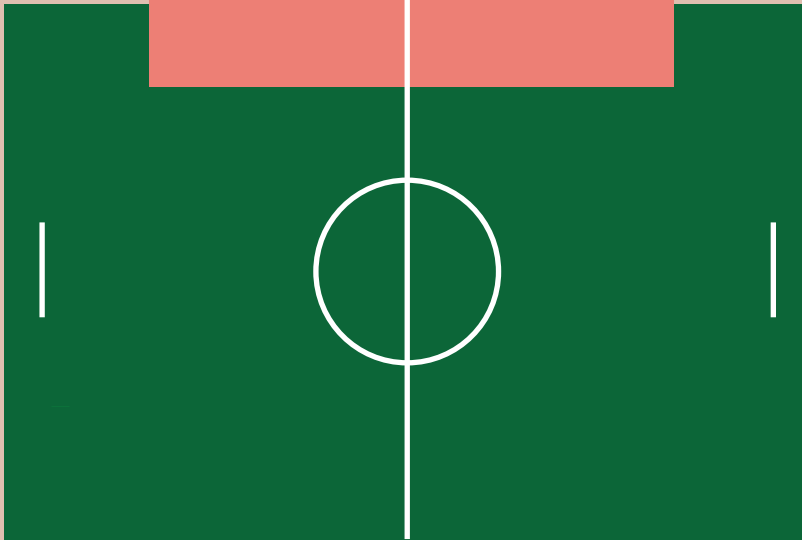
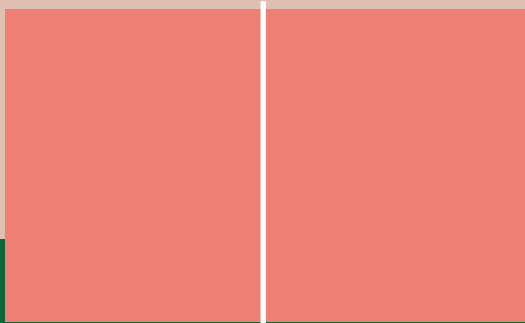
(CONSULTAR LA NORMATIVA DE INSCRIPCIÓN CON LOS CLUBES)

33

KIROL MODALITATEA / MODALIDAD DEPORTIVA	ADINA / EDAD	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN	KLUBA / CLUB	IZEN EMATEAK ETA ARGIBIDEAK / INSCRIPCIONES E INFORMACIÓN	KONTAKTUA / CONTACTO
Areto futbola / Fútbol sala					
Areto futbola / Fútbol sala	≥6	Gobela	Artaromo	artaromo@hotmail.com	666 140 627
Arku-tiroa / Tiro con arco					
Arku-tiroa / Tiro con arco	≥9	Andra Mari	Getxo Arkua	getxoarkua@outlook.es	688 683 996
Arrauna / Remo					
Arrauna / Remo	≥12	Puerto deportivo	Arriluze Arraun KT	getxoarraun@gmail.com	630 325 399
Arrauna / Remo	≥12	Puerto deportivo	Raspas Arraun Taldea	raspasarraun@gmail.com	685 755 865
Atletismoa / Atletismo					
Atletismoa / Atletismo	≥6	Fadura	Club Atlético Getxo	info@cagetxo.com	688 698 882
Badmintona / Bádminton					
Badmintona / Bádminton	≥9	Fadura	Club Deportivo GetxoBad	getxobad@gmail.com	649 663 806
Bela / Vela					
Bela / Vela	≥12	Puerto deportivo	Pakea Bela Eskola	info@pakea.info	944 916 632
Bela / Vela	≥7	RCMA / RSC	RCMA / RSC	escuelavela@rcmarsc.es	944 637 600
Boleibola / Voleibol					
Boleibola / Voleibol	≥6	Fadura	Getxoko Aixerrota BKT	getxobkt@gmail.com	656 783 907
Boxeoa / Boxeo					
Boxeoa / Boxeo	≥16	Fadura	Izarrak Boxing Club	jongaubek@gmail.com	688 619 630

KIROL MODALITATEA / MODALIDAD DEPORTIVA	ADINA / EDAD	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN	KLUBA / CLUB	IZEN EMATEAK ETA ARGIBIDEAK / INSCRIPCIONES E INFORMACIÓN	KONTAKTUA / CONTACTO
Errugbia / Rugby					
Errugbia / Rugby	≥6	Fadura	Getxo Rugby Taldea	idazkaritza@getxorugby.eus	688 874 714
Eskubaloia / Balonmano					
Eskubaloia / Balonmano	≥6	Gobela	Balonmano Romo	club.balonmano.romo@gmail.com	669 163 245
Euskal pilota					
Euskal pilota	≥6	Andra Mari, Fadura	Getxo Euskal Pilota Taldea	getxokoeuskalpilota@gmail.com	653 742 195
Futbola / Fútbol					
Futbola / Fútbol	≥6	Gobela	Arenas–Romo	club@arenasromo.com	605 700 856
Futbola / Fútbol	≥6	Fadura	Bizkerre neskak	julen.naveda@bizkerreft.com	616 474 595
Futbola / Fútbol	6 – 14	Fadura	Getxo Futbola Fundazioa	coordinador.getxofutboleskola@gmail.com	615 982 663
Hockey belarra / Hockey hierba					
Hockey belarra / Hockey hierba	≥6	Fadura	Club Hockey Stick Getxo	hockeygetxo@gmail.com	688 619 831
Irristaketa / Patinaje					
Irristaketa artistikoa / Patinaje artístico	≥6	Andra Mari, Fadura	Show Getxo	info@cpshowgetxo.com	615 501 624
Irristaketa artistikoa / Patinaje artístico	≥6	Andra Mari, Fadura	Club Patinaje GiraGetxo	clubpatinajegiragetxo@gmail.com	633 262 437
Jolaserako irristaketa / Patinaje recreativo	≥6	Fadura	Getxo Azkarrenak Irristaketa Taldea	ander.i@clubpatinajelineagetxo.com	664 570 994
Kirol egokitua eta inklusiboa / Deporte adaptado e inclusivo					
Kirol egokitua / Deporte adaptado	≥6	Gobela	Asociación Dep. Haszten	hasztenkirola@gmail.com	699 609 588
Kirol egokitua / Deporte adaptado	≥12	Gobela, Fadura	Gaude	cgarciagaude.eus	639 137 158

KIROL MODALITATEA / MODALIDAD DEPORTIVA	ADINA / EDAD	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN	KLUBA / CLUB	IZEN EMATEAK ETA ARGIBIDEAK / INSCRIPCIONES E INFORMACIÓN	KONTAKTUA / CONTACTO
Mahai-tenisa / Tenis de mesa Mahai-tenisa / Tenis de mesa	≥6	Fadura	Tenis de mesa Los Chopos de Getxo	getxotdm@gmail.com	656 709 337
Patinen hockeya / Hockey patines Patinen hockeya / Hockey patines	≥6	Fadura	Getxo Irristan	klub@getxoirristan.com	670 733 824
Piraguismoa / Piragüismo Piraguismoa / Piragüismo	≥12	Puerto deportivo	Piraguismo Getxo Kayaka	getxokayaka@yahoo.es	656 734 933
Saskibaloia / Baloncesto Saskibaloia / Baloncesto	≥6	Fadura, Gobela	Getxo Saskibaloia	getxosaski@getxosaski.com	688 763 896
Triatloia / Triatlón Triatloia / Triatlón	≥6	Fadura	T-krono	infotkrono@gmail.com	615 429 460
Triatloia / Triatlón	≥12	Fadura	Getxo Triatloi Taldea	getxotri@getxotri.org	675 235 343
Txirrindularitza / Ciclismo Txirrindularitza / Ciclismo	≥6	Fadura	Sdad. Ciclista Punta Galea	puntagalea@puntagalea.com	635 705 443
Xakea / Ajedrez Xakea / Ajedrez	≥6	Gobela	Club Ajedrez Getxo	info@damagaztea.com	606 672 999



FADURA: Avda. Los Chopos s/n
48992 Algorta, Getxo. Metro – Aiboa.
t. 944 308 070

GOBELA: Luis López Osés s/n 48930
Romo, Getxo. Metro – Gobela.
t. 944 045 151

ANDRA MARI: Zientoetxe s/n 48990
Andra Mari, Getxo. Metro – Bidezabal.
t. 944 916 517

GETXOKIROLAK.GETXO.EUS

f @ t getxokiolak

