

# KIROL IKASTAROAK CURSOS DEPORTIVOS

2022 — 2023



## NAGUSIAK PERSONAS MAYORES



## FADURA

ABONATUENTZAKO ORDAINPEKO IKASTAROAK /  
CURSOS DE PAGO PARA ABONADOS/AS

GIMNASIA	GIMNASIA	08 – 09
PADELA	PÁDEL	08 – 09
TENISA	TENIS	08 – 09
UR-JARDUERAK	ACTIVIDADES ACUÁTICAS	08 – 09
YOGA	YOGA	08 – 09

## GOBELA

UR-JARDUERAK	ACTIVIDADES ACUÁTICAS	10 – 11
YOGA	YOGA	10 – 11

## RKE – ROMO KULTUR ETXEA

ABONATUENTZAKO ORDAINPEKO IKASTAROAK /  
CURSOS DE PAGO PARA ABONADOS/AS

GIMNASIA	GIMNASIA	12 – 13
PILATESA	PILATES	12 – 13
YOGA	YOGA	12 – 13

ABONATUENTZAKO DOAKO IKASTAROAK /  
CURSOS GRATUITOS PARA ABONADOS/AS

ORIENTAZIOA	ORIENTACIÓN	12 – 13
GIMNASIOA INDARRA	GIMNASIO FUERZA	12 – 13

## ALGORTA KANPOKO JARDUERAK / ACTIVIDADES EXTERIORES

ABONATUENTZAKO DOAKO JARDUERAK /  
ACTIVIDADES GRATUITAS PARA ABONADOS/AS

GIMNASIA KALEAN	GIMNASIA EN LA CALLE	14 – 15
INDAR HOBEKUNTZA	MEJORA DE FUERZA	14 – 15

## ROMO KANPOKO JARDUERAK / ACTIVIDADES EXTERIORES

ABONATUENTZAKO DOAKO JARDUERAK /  
ACTIVIDADES GRATUITAS PARA ABONADOS/AS

GIMNASIA KALEAN	GIMNASIA EN LA CALLE	16 – 17
INDAR HOBEKUNTZA	MEJORA DE FUERZA	16 – 17

## KANPOKO JARDUERAK / ACTIVIDADES EXTERIORES

ORDAINPEKO JARDUERAK (EZ DA BEHARREZKOA ABONU-TXARTELA) /  
ACTIVIDADES DE PAGO (NO ES NECESARIO EL CARNÉ DE ABONO)

BELA	VELA	18 – 19
FUTBOLA OINEZ	WALKING FÚTBOL	18 – 19
PALAK	PALAS	18 – 19
SASKIBALOIA	BALONCESTO	18 – 19
TXIRRINDULARITZA	CICLISMO	18 – 19

DOAKO JARDUERAK (EZ DA BEHARREZKOA ABONU-TXARTELA) /  
ACTIVIDADES GRATUITAS (NO ES NECESARIO EL CARNÉ DE ABONO)

IBILTZEKO ELKARRETARATZEAK	QUEDADAS ANDAR	18 – 19
GIMNASIA KOSTALDEAN	GIMNASIA EN LA COSTA	18 – 19

# PERTSONA NAGUSIENTZAKO

## KIROL ESKAINTZA

Liburuxka honetan 2022/2023 denboraldirako nagusien kirol eskaintza jasotzen da. Eskaintza honek, atal bakoitzean zehazten den bezala, barne hartzen ditu Getxo Kirolak-eko harpidedunentzako ordaindutako ikastaroak; harpidedunentzako doako jarduerak eta ikastaroak; ordaindutako jarduerak zeinetan ez den derrigorrezkoa harpidedun karneta; hala nola askeak eta doakoak diren jarduerak.

Jarraian ordaindutako ikastaroetarako inskripzio araudia zehazten dugu:

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

Ikastaro horietan aurrez izena eman nahi duten pertsona guztiek beren eskaera aurrez dezakete ekainaren 27tik uztailaren 27ra bitartean. Hala behar den kasuetan, mailari buruzko txartela eguneratuta izan beharko dute. Uztailaren 28an 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 8tik aurrera, beste epe bat irekiko da plazak eskaintza osatu arte izena eman ahal izateko.

### KUOTEN ORDAINKETA

Ikastaroen kuota banku helbideratzearen bidez edo dirutan ordaindu beharko da irailaren 23a 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

Gogorazten 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 abonutxoak eta bai Getxo Kirolak-ek antolatutako ikastaroenak hobari-sistema partzial batekin kontaktatzen 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) 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-ek 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.

# 2022-2023 DENBORALDIA

### DENBORALDIAREN EGUTEGIA

Ikasturtea 2022eko urriaren 2an hasiko da.

-Jaiak: urriak 12, azaroak 1, abenduak 6, abenduak 8, maiatzak 1 eta maiatzak 15.

-Gabonetako Oporrak: ez dago klaserik abenduaren 21etik urtarrilaren 8ra arte (biak barne).

-Aste Santuko Oporrak: ez dago klaserik apirilaren 3tik 10era (biak barne).

Ikasturtea 2023ko 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 19:30era 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 MAYORES

Este folleto recoge la oferta deportiva dirigida a personas mayores para la temporada 2022/2023. Una oferta que, como se detalla en cada apartado, incluye cursos de pago para abonados/as a Getxo Kirolak; actividades y cursos gratuitos para abonados/as; actividades de pago en las que no es necesario el carné de abono; y actividades libres y gratuitas.

A continuación detallamos la normativa de inscripción para los cursos de pago:

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.

Todas las personas que deseen preinscribirse a estos cursos pueden presentar su solicitud desde el 27 de junio hasta el 27 de julio. En caso necesario deberán tener la tarjeta de nivel actualizada. El día 28 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 8 de agosto se abre un nuevo plazo que permite inscribirse hasta que se complete la oferta de plazas.

## PAGO DE CUOTAS

La cuota de los cursillos deberá abonarse mediante domiciliación bancaria o en efectivo antes del 23 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.

## 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](mailto:atencionalclientegk@getxo.eus) o poniéndose en contacto con las oficinas de atención al público.

## 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) 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 (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 2022-2023

## CALENDARIO DE LA TEMPORADA

El curso se inicia el 2 de octubre de 2022.

-Fiestas: 12 de octubre, 1 de noviembre, 6 de diciembre, 8 de diciembre, 30 de enero, 1 de mayo y 15 de mayo.

-Vacaciones de Navidad: no hay clase desde el 21 de diciembre hasta el 8 de enero (ambos incluidos).

-Vacaciones de Semana Santa: no hay clase desde el 3 al 10 de abril (ambos incluidos).

El curso finaliza el 20 de junio de 2023.

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 19:30h.  
(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	< 72	≥ 72
<b>Gimnasia</b>								
Mantentzea / Mantenimiento	*	+ 60	●○○○○○○○	12:30 – 13:20	2 – 3. modulua / Módulo 2 – 3	27,90	13,95	
Mantentzea / Mantenimiento	*	+ 60	○●○○○○○	09:40 – 10:30	2 – 3. modulua / Módulo 2 – 3	27,90	13,95	
Mantentzea / Mantenimiento	*	+ 60	●○○●○○○	09:40 – 10:30	2 – 3. modulua / Módulo 2 – 3	39,30	19,65	
Mantentzea / Mantenimiento	*	+ 60	●○○●○○○	10:30 – 11:20	2 – 3. modulua / Módulo 2 – 3	39,30	19,65	
Mantentzea / Mantenimiento	*	+ 60	●○○●○○○	11:30 – 12:20	2 – 3. modulua / Módulo 2 – 3	39,30	19,65	
<b>Padela / Pádel</b>								
Hastapena / Iniciación	*	+ 60	○○○○●○○	11:30 – 12:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	28,95	17,65	
Hobekuntza / Perfeccionamiento	*	+ 60	○○○○●○○	10:30 – 11:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	28,95	17,65	
Gaitasuna / Aptitud	*	+ 60	○●○●○○○	10:30 – 11:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	39,30	19,65	
<b>Tenisa / Tenis</b>								
Hobekuntza / Perfeccionamiento	*	+ 60	○●○●○○○	10:30 – 11:20	Pista estaliak / Pistas cubiertas	39,30	19,65	
<b>Ur-jarduerak / Actividades acuáticas</b>								
Aquagym	*	+ 60	●○○○○○○○	12:00 – 12:50	Igerileku olinpikoa / Piscina olímpica	27,90	13,95	
Aquagym	*	+ 60	○●○●○○○	12:00 – 12:50	Igerileku olinpikoa / Piscina olímpica	27,90	13,95	
Igeriketako mantentzea / Natación mantenimiento	*	+ 60	○●○●○○○	10:00 – 10:50	Igerileku olinpikoa / Piscina olímpica	27,90	13,95	
Ur-ekintzak / Actividades acuáticas	*	+ 60	○●○●○○○	11:00 – 11:50	Igerileku olinpikoa / Piscina olímpica	27,90	13,95	
<b>Yoga</b>								
Yoga	*, **	+ 60	●○○○○○○○	11:30 – 12:50	Txikigune	39,30	19,65	

\*. Bazkideentzako eta ordaindu beharrekoa. / Para abonados/as y de pago.

\* \*. Yogako saioa 80 minutukoa da. / La clase de yoga tiene una duración de 80 minutos.

JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN	PREZIOA / PRECIO	< 72	≥ 72
<b>Ur-Jarduerak / Actividades acuáticas</b>								
Aquagym	*	+ 60	○○○○●○○	11:00 – 11:50	Pileta	17,70	8,90	
Aquagym	*	+ 60	○○○○●○○	12:00 – 12:50	Pileta	17,70	8,90	
Aquagym	*	+ 60	●○○○○○○	11:00 – 11:50	Pileta	27,90	13,95	
Aquagym	*	+ 60	●○○○○○○	12:00 – 12:50	Pileta	27,90	13,95	
Aquagym	*	+ 60	○●○●○○○	11:00 – 11:50	Pileta	27,90	13,95	
Aquagym	*	+ 60	○●○●○○○	12:00 – 12:50	Pileta	27,90	13,95	
Ur-ekintzak / Actividades acuáticas		+ 60	○●○●○○○	11:00 – 11:50	25 metroko igerilekua / Piscina 25 metros	27,90	13,95	
<b>Yoga</b>								
Yoga berriztatzailea / Yoga restaurativo	*, **	+ 60	●○○○○○○	11:30 – 12:50	5 gela / Sala 5	39,30	19,65	

\*. Bazkideentzako eta ordaindu beharrekoa. / Para abonados/as y de pago.

\* \*. Yogako saioa 80 minutukoa da. / La clase de yoga tiene una duración de 80 minutos.

# RKE – ROMO KULTUR ETXEA.

13

ABONATUENTZAKO ORDAINPEKO IKASTAROAK /  
CURSOS DE PAGO PARA ABONADOS/AS

JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN	PREZIOA / PRECIO	< 72	≥ 72
<b>Gimnasia</b>								
Gimnasia kreatiboa / Gimnasia creativa	*	+ 60	●○○○○○○○	11:00 – 11:50	RKE	27,90	13,95	
Gimnasia kreatiboa / Gimnasia creativa	*	+ 60	○●○○○○○	10:00 – 10:50	RKE	27,90	13,95	
Gimnasia kreatiboa / Gimnasia creativa	*	+ 60	○○●○○○○	12:00 – 12:50	RKE	27,90	13,95	
<b>Pilatesa / Pilates</b>								
Pilatesa / Pilates	*	+ 60	●○○○○○○○	12:00 – 12:50	RKE	27,90	13,95	
Pilatesa / Pilates	*	+ 60	○●○○○○○	09:00 – 09:50	RKE	27,90	13,95	
Pilatesa / Pilates	*	+ 60	○○●○○○○	11:00 – 11:50	RKE	27,90	13,95	
<b>Yoga</b>								
Yoga	*	+ 60	●○○○○○○○	09:00 – 09:50	RKE	27,90	13,95	
Yoga	*	+ 60	○●○○○○○	10:00 – 10:50	RKE	27,90	13,95	
Yoga inklusiboa / Yoga inclusivo	*	+ 60	●○○○○○○○	10:00 – 10:50	RKE	27,90	13,95	

ABONATUENTZAKO DOAKO IKASTAROAK /  
CURSOS GRATUITOS PARA ABONADOS/AS

<b>Orientazioa / Orientación</b>							≥ 60
Kirol orientazioa / Orientación deportiva	**	+ 60	○○○○●○○	10:30 – 12:30	RKE	Doan / Gratis	
<b>Gimnasioa Indarra / Gimnasio Fuerza</b>							≥ 60
Gimnasioa Indarra / Gimnasio Fuerza	**	+ 60	●○○○○○○○	09:30 – 10:30	RKE	Doan / Gratis	
Gimnasioa Indarra / Gimnasio Fuerza	**	+ 60	○●○○○○○	09:30 – 10:30	RKE	Doan / Gratis	
Gimnasioa Indarra / Gimnasio Fuerza	**	+ 60	○○○○●○○	09:30 – 10:30	RKE	Doan / Gratis	

\*. Bazkideentzako eta ordaindu beharrekoa. / Para abonados/as y de pago.  
\*\*\*. Bazkideentzako eta doan. / Para abonados/as y actividad gratuita.

# ALGORTA KANPOKO JARDUERAK / ACTIVIDADES EXTERIORES

15

ABONATUENTZAKO DOAKO IKASTAROAK /

CURSOS GRATUITOS PARA ABONADOS/AS

JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN	PREZIOA / PRECIO
<b>Gimnasia</b>						≥ 60
Gimnasia kalean / Gimnasia en la calle	*	+ 60	○●○●○○○	09:30 – 10:20	Bihotz Alai	Doan / Gratis
Gimnasia kalean / Gimnasia en la calle	*	+ 60	○●○●○○○	10:30 – 11:20	Bihotz Alai	Doan / Gratis
Gimnasia kalean / Gimnasia en la calle	*	+ 60	○●○●○○○	11:30 – 12:20	Bihotz Alai	Doan / Gratis
<b>Indar Hobekuntza / Mejora de Fuerza</b>						≥ 60
Indar Hobekuntza / Mejora de Fuerza	*	+ 60	●○●○○○○	11:30 – 12:20	Maidagan	Doan / Gratis
Indar Hobekuntza / Mejora de Fuerza	*	+ 60	●○●○○○○	12:30 – 13:20	Maidagan	Doan / Gratis
<b>Autodefentsa / Autodefensa</b>						≥ 60
Autodefentsa / Autodefensa	*	+ 60	○○○●○○○○	03:30 – 10:20	Urgull	Doan / Gratis
<b>Aquagym</b>						≥ 60
Aquagym	*, A	+ 60	●○●○○○○	09:30 – 10:20	Fadura	Doan / Gratis
Aquagym	*, A	+ 60	○●○●○○○	10:30 – 11:20	Fadura	Doan / Gratis

\*. Bazkideentzako da eta doan. / Para abonados/as y actividad gratuita.

A. Udako jarduera. / Actividad de verano.



ABONATUENTZAKO DOAKO JARDUERAK /  
ACTIVIDADES GRATUITAS PARA ABONADOS/AS

JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN	PREZIOA / PRECIO
<b>Gimnasia</b>						≥ 60
Gimnasia kalean / Gimnasia en la calle	*	+ 60	●○○○○○○○	09:30 – 10:20	Gobelaurre	Doan / Gratis
Gimnasia kalean / Gimnasia en la calle	*	+ 60	●○○○○○○○	10:30 – 11:20	Gobelaurre	Doan / Gratis
Gimnasia kalean / Gimnasia en la calle	*	+ 60	●○○○○○○○	11:30 – 12:20	Gobelaurre	Doan / Gratis
<b>Indar Hobekuntza / Mejora de Fuerza</b>						≥ 60
Indar Hobekuntza / Mejora de Fuerza	*	+ 60	○○●○○○○○	11:00 – 11:50	Gobelaurre	Doan / Gratis
Indar Hobekuntza / Mejora de Fuerza	*	+ 60	○○●○○○○○	12:00 – 12:50	Gobelaurre	Doan / Gratis

\*. Bazkideentzako eta doan. / Para abonados/as y actividad gratuita.

# KANPOKO JARDUERAK / ACTIVIDADES EXTERIORES

ORDAINPEKO JARDUERAK (EZ DA BEHARREZKOA ABONU-TXARTELA) /  
ACTIVIDADES DE PAGO (NO ES NECESARIO EL CARNÉ DE ABONO)

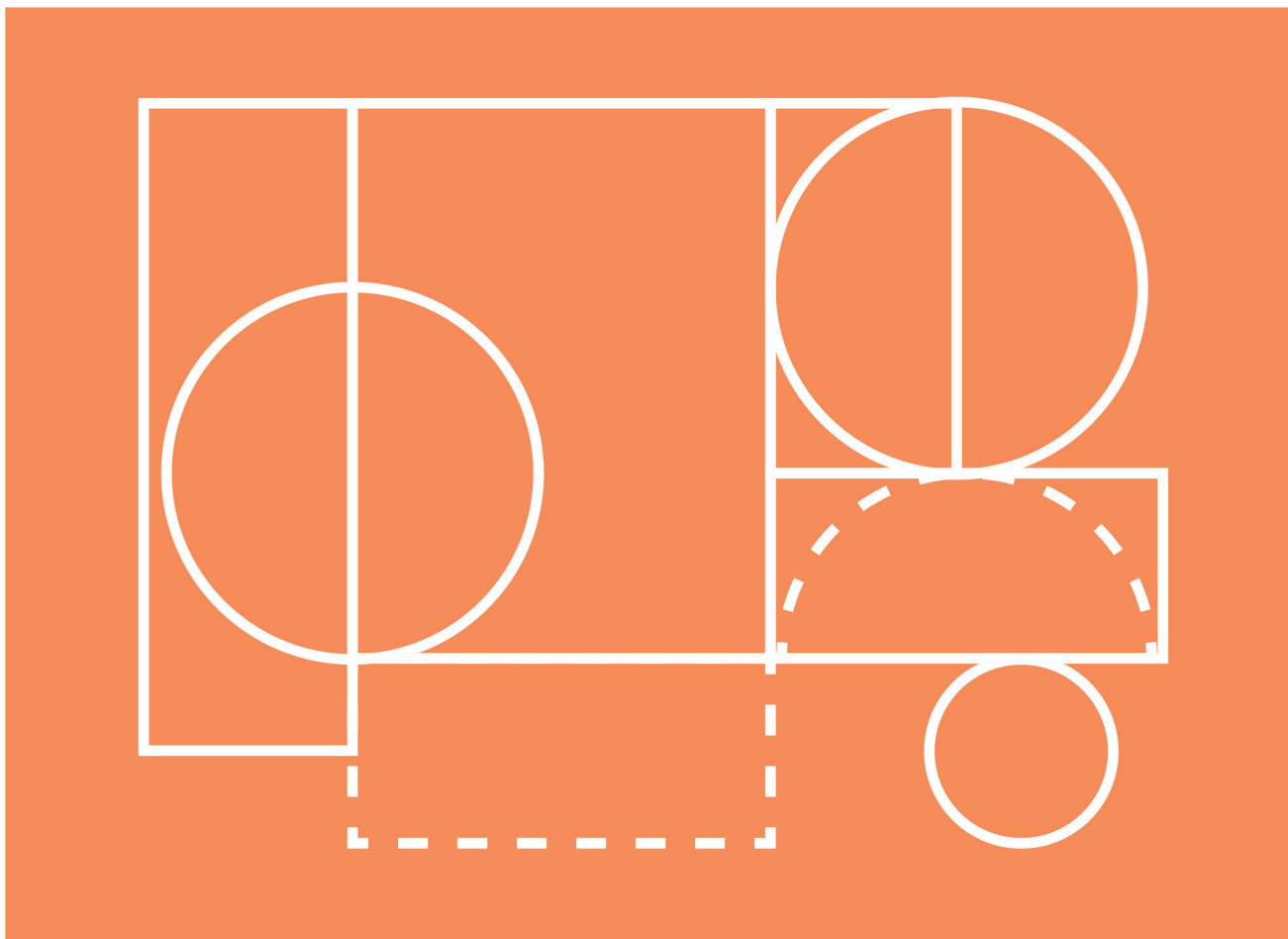
JARDUERA / ACTIVIDAD	OHARRAK / NOTAS	ADINA / EDAD	EGUNAK / DÍAS	ORDUTEGIA / HORARIO	INSTALAZIOA / INSTALACIÓN	PREZIOA / PRECIO	
<b>Bela / Vela</b>						<b>&lt; 72</b>	<b>≥ 72</b>
Bela / Vela	* *, A	+ 60	○○●○○○○	10:00 – 13:00	Kirol Portua / Puerto Deportivo	49,95	24,95
<b>Futbola oinez / Walking fútbol</b>						<b>&lt; 72</b>	<b>≥ 72</b>
Futbola oinez / Walking fútbol	* *	+ 60	○○○●○○○	10:00 – 11:30	Bolue 3	27,90	13,95
<b>DOAKO JARDUERAK (EZ DA BEHARREZKOA ABONU-TXARTELA) / ACTIVIDADES GRATUITAS (NO ES NECESARIO EL CARNÉ DE ABONO)</b>							
<b>Ibiltzeko elkarretaratzeak / Quedadas para andar</b>						<b>≥ 60</b>	
Ibiltzeko elkarretaratzeak / Quedadas para andar	* *	+ 60	●○○○○○○	09:30 – 10:30	Gobelaurre	Doan / Gratis	
Ibiltzeko elkarretaratzeak / Quedadas para andar	* *	+ 60	○○●○○○○	09:30 – 10:30	Pl. San Nikolas Emp.	Doan / Gratis	
<b>Kalistenia kostaldean / Calistenia en la costa</b>						<b>≥ 60</b>	
Kalistenia kostaldean / Calistenia en la costa	*	+ 60	○○○○○●○	10:00 – 11:00	Ereaga / La Galea / Areeta	Doan / Gratis	
<b>Gimnasia kostaldean / Gimnasia en la costa</b>						<b>≥ 60</b>	
Gimnasia kostaldean / Gimnasia en la costa	*, B	+ 60	●●●●○○○	10:00 – 11:00	Algorta / Romo / Las Arenas	Doan / Gratis	
<b>Aquagym</b>						<b>≥ 60</b>	
Aquagym	*, B	+ 60	○○○○○●○	11:30 – 12:20	Ereaga	Doan / Gratis	

\*. Libre eta doako jarduera. / Actividad libre y gratuita.

\* \*. Ez da beharrezkoa bazkide izatea baina ordaindu behar da. / No es necesario ser abonado/a pero es de pago.

A. 3 orduko 4 saio. Ikastaroa 2 hilabetekoa da (urria-azaroa, otsaila-martxo eta apirila-maiatza). Izen-ematea jarduera hasi baino aste bat lehenago egin behar da. / 4 sesiones de 3 horas. El curso es bimensual (octubre-noviembre, febrero-marzo y abril-mayo). La inscripción se realizará una semana antes del inicio del curso.

B. Udako jarduera. / Actividad de verano.



**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

