

# ACTIVIDADES DEPORTIVAS 2020/2021



PROTOCOLO  
COVID 19



INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN:

[www.monterrubioarmuna.es](http://www.monterrubioarmuna.es)

INSCRIPCIÓN: EN EL AYUNTAMIENTO DE 10:00 A 14:00

O POR CORREO ELECTRÓNICO:

[deportesyjuventud@monterrubioarmuna.org](mailto:deportesyjuventud@monterrubioarmuna.org)

PLAZO DE INSCRIPCIÓN DEL 22 AL 29 DE SEPTIEMBRE

INICIO DE LAS ACTIVIDADES: 5 DE OCTUBRE

# ACTIVIDADES ADULTOS

## ZUMBA ADULTOS

- Días: Miércoles y viernes
- Hora: 19:00 a 20:00
- Cuota: 60€ trimestre / 20€ mes
- Número mínimo de grupo: 15
- Edad mínima: 6 años
- Instalación: Pabellón

## YOGA

- Días: Lunes y miércoles
- Hora: 11:00 a 12:00 / 21:00 a 22:00
- Cuota: 60 € Trimestre / 25 € mes
- Número mínimo de grupo: 6
- Instalación: Multiusos

## GIMNASIA MANTENIMIENTO

- Días: Martes y jueves
- Hora: 20:00
- Cuota: 10 € al mes
- Número mínimo de grupo: 4
- Instalación: Gimnasio

## PILATES

- Días: Martes o jueves
- Hora: 20:00 a 21:00
- Cuota: 20 € mes / 50€ trimestre
- Una hora a la semana.
- Número mínimo de grupo: 6
- Instalación: Multiusos
- Observaciones: dentro de la cuota incluye el derecho a clases online.

## SPINNING

- Días: Lunes y Miércoles
- Horas: 20:00 a 21:00
- Cuota: incluido con la cuota del gimnasio 10€ al mes
- Número mínimo de grupo: 5
- Instalación: Gimnasio
- OBSERVACIONES: EN NOVIEMBRE

# ACTIVIDADES NIÑ@S

## ZUMBA NIÑ@S

- Días: Miércoles y viernes
- Horas: 18:00 a 19:00
- Cuota: 60 € trimestre 20€ mes
- Número mínimo de grupo: 15
- Edad : a partir de 6 años
- Instalación: Pabellón

## GIMNASIA RÍTMICA

- Día: Lunes
- Horas: 18:30
- Cuota: 19 € al mes
- Número mínimo de grupo: 5
- Edad: a partir de 4 años
- Instalación: Pabellón

## ATLETISMO

- Días: Martes y jueves
- Hora: 19:30
- Cuota: 18 € al mes
- Número mínimo de grupo: 6
- Edad: a partir de 5 años
- Instalación: Pabellón

## AJEDREZ

- Días: Martes y jueves
- Hora: 17:30 iniciación / 18:30 perfeccionamiento
- Cuota: sin cuota
- Número mínimo de grupo: 6
- Edad: a partir de 5 años.
- Instalación: Ayuntamiento

## TENIS - PÁDEL

- Días: Lunes y Miércoles iniciación. Martes y jueves perfeccionamiento
- Horas: 16:00 a 17:00
- Cuota: 10 € al mes
- Número mínimo de grupo: 6
- Edad: a partir de 5 años
- Instalación: Pistas Tenis y Pádel

## PATINAJE

Comenzará en noviembre