

ACTIVIDADES DEPORTIVAS 2024/2025

INFORMACIÓN
AYUNTAMIENTO

MONTERRUBIO DE ARMUÑA



INFORMACIÓN DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS



- **IMPORTANTE:** EL AYUNTAMIENTO FACILITA A LOS VECINOS INTERESADOS EN SU PÁGINA WEB, EL **DOSSIER ACTUALIZADO** CON TODOS LOS HORARIOS ESTABLECIDOS DE LAS DISTINTAS MODALIDADES DEPORTIVAS Y LA **HOJA DE INSCRIPCIÓN**.
- EL PLAZO DE **INSCRIPCIÓN FINALIZA** EL DÍA **25 DE SEPTIEMBRE** A LAS 15:00 HRS.
- EL AYUNTAMIENTO INFORMARÁ DEL MATERIAL, HORARIOS, PROTOCOLO...
DE LAS ACTIVIDADES QUE ORGANIZA DIRECTAMENTE EL AYUNTAMIENTO:
TENIS-PÁDEL, AJEDREZ, MULTIDEPORTE, SPINNING Y GIMNASIA DE MANTENIMIENTO.
- CADA EMPRESA O CLUB INFORMARÁ A TODOS LOS INSCRIPTOS, DE LA ORGANIZACIÓN DE SUS ACTIVIDADES.
- LAS ACTIVIDADES **COMENZARÁN A PARTIR DEL DÍA 1 DE OCTUBRE**.
- CON LA FINALIDAD DE FACILITAR A LOS VECINOS INTERESADOS DE MONTERRUBIO DE ARMUÑA, LA INFORMACIÓN Y LA INSCRIPCIÓN EN LAS ACTIVIDADES OFERTADAS, EL AYUNTAMIENTO FACILITA EL SIGUIENTE CORREO ELECTRÓNICO DONDE PODRÁN ENVIAR SU **INSCRIPCIÓN** O CUALQUIER TIPO DE **CONSULTA**.
deportesyjuventud@monterrubioarmuna.org

HORARIO ACTIVIDADES PARA ADULTOS

2024/2025



ACTIVIDAD	DÍAS	HORA	LUGAR	INICIO
GIMNASIA MANTENIMIENTO	MARTES Y JUEVES	20:00 A 21:00	GIMNASIO MUNICIPAL S2	1 DE OCTUBRE
SPINNING	LUNES Y MIÉRCOLES	20:00 A 21:00	GIMNASIO MUNICIPAL S2	2 DE OCTUBRE
YOGA GRUPO DE TARDE	LUNES Y MIÉRCOLES	19:30 // 20:45	MULTIUSOS	2 DE OCTUBRE
YOGA GRUPO DE MAÑANA	MARTES y JUEVES	9:30 A 10:30	MULTIUSOS	1 DE OCTUBRE
YOGA TALLER CRECIMIENTO PERSONAL	MARTES	10:30 A 11:30	MULTIUSOS	1 DE OCTUBRE
SUELO PELVICO	MARTES / JUEVES	17:30 / 10:30	MULTIUSOS	2 DE OCTUBRE
ESPALDA SANA	MARTES	21:00 A 22:00	GIMNASIO S2	1 DE OCTUBRE
PILATES	MARTES y JUEVES	20:30 A 21:30	MULTIUSOS	1 DE OCTUBRE
ZUMBA	LUNES Y MIÉRCOLES	18:00 A 19:00	GIMNASIO / PABELLÓN	2 DE OCTUBRE
BAILE MODERNO	LUNES Y MIÉRCOLES	19:00 A 20:00	GIMNASIO S2	2 DE OCTUBRE
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	LUNES Y MIÉRCOLES	20:00 A 21:00	PABELLÓN MUNICIPAL	2 DE OCTUBRE
POWERBOX	LUNES Y MIÉRCOLES	21:00 A 22:00	GIMNASIO S2 / PABELLÓN	2 DE OCTUBRE
BALONCESTO	LUNES MARTES Y JUEVES	21:00	PABELLÓN MUNICIPAL	1 DE OCTUBRE
PETANCA	-	-	-	-
GRUPO DE CARRERA	-	-	MUNICIPIO	1 DE OCTUBRE

HORARIO ACTIVIDADES PARA NIÑ@S

2024/2025



ACTIVIDAD	DÍAS	HORA	LUGAR	INICIO
TENIS / PÁDEL	LUNES Y MIÉRCOLES	16:00 // 17:30	PISTAS MUNICIPALES	2 DE OCTUBRE
TENIS / PÁDEL	MARTES Y JUEVES	16:00 A 17:00	PISTAS MUNICIPALES	1 DE OCTUBRE
AJEDREZ	MARTES Y JUEVES	17:30 // 18:30	AYUNTAMIENTO	1 DE OCTUBRE
MULTIDEPORTE	VIERNES	17:00 A 18:00	PABELLÓN	4 DE OCTUBRE
JUDO	VIERNES	18:00 A 19:00	GIMNASIO	4 DE OCTUBRE
DEFENSA PERSONAL	VIERNES	19:00 A 20:00	GIMNASIO	4 DE OCTUBRE
BAILE MODERNO	LUNES Y MIÉRCOLES	17:00 A 18:00	GIMNASIO S2	2 DE OCTUBRE
PATINAJE	POR DETERMINAR	-	PABELLÓN	2 DE OCTUBRE
GIMNASIA RÍTMICA	JUEVES	16:15 A 18:15	MULTIUSOS	1 DE OCTUBRE
E.M FÚTBOL SALA	LUNES Y JUEVES	18:45 A 19:45	PABELLÓN	3 DE OCTUBRE
E.M BALONCESTO	LUNES Y JUEVES	17:30 A 18:30	PABELLÓN	3 DE OCTUBRE
E.M BALONMANO	MARTES Y VIERNES	19:00 A 20:00	PABELLÓN	2 DE OCTUBRE
E M VOLEIBOL	MARTES Y VIERNES	19:00 A 20:00	PABELLÓN	2 DE OCTUBRE
EM BÁDMINTON	VIERNES	18:00 A 19:00	PABELLÓN	4 DE OCTUBRE
POWEBOX	LUNES Y MIÉRCOLES	21:00 A 22:00	GIMNASIO S2 /PABELLÓN	2 DE OCTUBRE

MONTERUBIO DE ARMUÑA

ACTIVIDADES PARA ADULTOS

2024-2025





ADULTOS

ACTIVIDAD

GIMNASIA MANTENIMIENTO

HORARIO

20:00 A 21:00

DÍAS

MARTES Y JUEVES

INSTALACIÓN

GIMNASIO SALA 2

EDAD

A PARTIR DE 18 AÑOS

CUOTA MENSUAL

10€ MES

GRUPO MÍNIMO

6

GRUPO MÁXIMO

12

OBSERVACIONES

PREFERENCIA EMPADRONADOS



ADULTOS

ACTIVIDAD	SPINNING
HORARIO	20:00 A 21:00
DÍAS	LUNES Y MIÉRCOLES
INSTALACIÓN	GIMNASIO SALA 2
EDAD	A PARTIR DE 18 AÑOS
CUOTA MESUAL	*13€ / 10€
GRUPO MÍNIMO	6
GRUPO MÁXIMO	14
OBSERVACIONES	<p>*Opciones para poder realizar la actividad:</p> <p>1) Ser socio del gimnasio pudiendo asistir a las clases y utilizar todas las instalaciones. Cuota socio del gimnasio 13 € al mes</p> <p>2) Realizar solo la inscripción para la actividad. Cuota 10 € al mes</p> <p>*PREFERENCIA EMPADRONADOS</p>



ADULTOS

ACTIVIDAD

YOGA (GRUPO DE MAÑANA)

HORARIO

9:30 A 10:30

DÍAS

MARTES Y JUEVES

INSTALACIÓN

MULTIUSOS

EDAD

A PARTIR DE LOS 12 AÑOS

CUOTA

75€ -TRIMESTRAL

GRUPO MÍNIMO

-

GRUPO MÁXIMO

-

OBSERVACIONES



ADULTOS

ACTIVIDAD	YOGA (GRUPO DE TARDE)
HORARIO	19:30 A 20:30 // 20:45 A 21:45
DÍAS	LUNESY MIÉRCOLES
INSTALACIÓN	MULTIUSOS
EDAD	A PARTIR DE LOS 12 AÑOS
CUOTA	75 € -TRIMESTRAL
GRUPO MÍNIMO	-
GRUPO MÁXIMO	-
OBSERVACIONES	



ADULTOS

ACTIVIDAD

YOGA TALLER DE CRECIMIENTO PERSONAL

HORARIO

10:30 A 11:30

DÍAS

MARTES

INSTALACIÓN

MULTIUSOS

EDAD

A PARTIR DE LOS 18 AÑOS

CUOTA

45€ - TRIMESTRAL

GRUPO MÍNIMO

-

GRUPO MÁXIMO

-

OBSERVACIONES



ADULTOS

ACTIVIDAD

ESPALDA SANA

HORARIO

21:00 A 22:00

DÍAS

MARTES

INSTALACIÓN

GIMNASIO SALA 2

EDAD

A PARTIR DE LOS 18 AÑOS

CUOTA

45€ - TRIMESTRAL

GRUPO MÍNIMO

-

GRUPO MÁXIMO

-

OBSERVACIONES



ADULTOS

ACTIVIDAD

SUELO PÉLVICO

HORARIO / DÍAS

17:30 MARTES

HORARIO / DÍAS

10:30 JUEVES

INSTALACIÓN

MULTIUSOS / GIMNASIO

EDAD

A PARTIR DE LOS 12 AÑOS

CUOTA TRIMESTAL

45 € TRIMESTRAL / UNA SESIÓN A LA SEMANA

GRUPO MÍNIMO

-

GRUPO MÁXIMO

-

OBSERVACIONES



ADULTOS

ACTIVIDAD	PILATES
HORARIO	20:30 A 21:30
DÍAS	MARTES Y JUEVES
INSTALACIÓN	MULTIUSOS
EDAD	A PARTIR DE 13 AÑOS
CUOTA TRIMESTRAL	50 € TRIMESTRAL/ UNA SESIÓN A LA SEMANA 85 € TRIMESTRAL/ DOS SESIONES A LA SEMANA
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	16
OBSERVACIONES	EL ALUMNO DEBERÁ LLEVAR SU COLCHONETA Y PEQUEÑO MATERIAL



ADULTOS

ACTIVIDAD

ZUMBA

HORARIO

18:00 A 19:00

DÍAS

LUNESY MIÉRCOLES

INSTALACIÓN

GIMNASIO SALA 2

EDAD

A PARTIR DE 6 AÑOS

CUOTA TRIMESTRAL

75 €

CUOTA MENSUAL

30 €

GRUPO MÍNIMO

8

GRUPO MÁXIMO

15

OBSERVACIONES



ADULTOS

ACTIVIDAD	BAILE MODERNO
HORARIO	19:00 A 20:00
DÍAS	LUNESY MIÉRCOLES
INSTALACIÓN	GIMNASIO SALA 2
EDAD	A PARTIR DE 6 AÑOS
CUOTA TRIMESTRAL	75 €
CUOTA MENSUAL	30 €
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	15
OBSERVACIONES	Durante el curso se realizarán distintas modalidades de baile: hip hop, comercial, bailes urbanos...



ADULTOS

ACTIVIDAD

ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

HORARIO

20:00 A 21:00

DÍAS

LUNES Y MIÉRCOLES

INSTALACIÓN

PABELLÓN

EDAD

A PARTIR DE 18 AÑOS

CUOTA TRIMESTRAL

75 €

CUOTA MENSUAL

30 €

GRUPO MÍNIMO

10

GRUPO MÁXIMO

20

OBSERVACIONES



ADULTOS

ACTIVIDAD	POWERBOX
HORARIO	21:00 A 22:00
DÍAS	LUNESY MIÉRCOLES
INSTALACIÓN	PABELLÓN / GIMNASIO S2
EDAD	A PARTIR DE 10 AÑOS
CUOTA TRIMESTRAL	35 € MENSUAL / UNA SESIÓN A LA SEMANA 40 € MENSUAL / DOS SESIONES A LA SEMANA
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	25
OBSERVACIONES	Observaciones: Power crew es una asociación deportiva especializada en mejorar las capacidades física y emocionales de los alumnos/as mediante el método Powerbox que consiste en unir en una sesión entrenamiento de fitness con elementos básicos de boxeo



ADULTOS

ACTIVIDAD

BALONCESTO

HORARIO

21:00

DÍAS

LUNES, MARTES Y JUEVES

INSTALACIÓN

PABELLÓN MUNICIPAL

EDAD

A PARTIR DE 18 AÑOS

CUOTA

GRUPO MÍNIMO

8

GRUPO MÁXIMO

OBSERVACIONES

LIGA DIPUTACIÓN DE SALAMANCA



ADULTOS

ACTIVIDAD

PETANCA

HORARIO

DÍAS

INSTALACIÓN

EDAD

CUOTA UNA SESIÓN (SEMANA)

**CUOTA DOS SESIONES
(SEMANA)**

GRUPO MÍNIMO

GRUPO MÁXIMO

OBSERVACIONES

C.D AMIGOS DE MONTERRUBIO



ADULTOS

ACTIVIDAD

GRUPO DE CARRERA

HORARIO

20:30

DÍAS

ENTRE SEMANA

INSTALACIÓN

-

EDAD

A PARTIR DE 16 AÑOS

CUOTA MENSUAL

GRUPO MÍNIMO

4

GRUPO MÁXIMO

OBSERVACIONES

MONTERRUBIO DE ARMUÑA

ACTIVIDADES PARA NIÑOS

2024-2025





NIÑ@S

ACTIVIDAD

TENIS / PÁDEL

HORARIO

INICIACIÓN / LUNESY MIÉRCOLES - 16:00
PERFECCIONAMIENTO I / LUNESY MIÉRCOLES - 17:30
PERFECCIONAMIENTO II / MARTESY JUEVES - 16:00

INSTALACIÓN

PISTAS MUNICIPALES

EDAD

A PARTIR DE 5 AÑOS

CUOTA MENSUAL

10 €

GRUPO MÍNIMO

6

(Por grupo)

GRUPO MÁXIMO

10

(Por grupo)

OBSERVACIONES

PREFERENCIA EMPADRONADOS



NIÑ@S

ACTIVIDAD	AJEDREZ
HORARIO	17:30 - INICIACIÓN 18:30 - PERFECCIONAMIENTO
DÍAS	MARTES Y JUEVES
INSTALACIÓN	AYUNTAMIENTO
EDAD	A PARTIR DE 5 AÑOS
CUOTA MENSUAL	SIN CUOTA
GRUPO MÍNIMO (Por grupo)	6
GRUPO MÁXIMO (Por grupo)	12
OBSERVACIONES	PREFERENCIA EMPADRONADOS



NIÑ@S

ACTIVIDAD	MULTIDEPORTE
HORARIO	17:00 A 18:00
DÍAS	VIERNES
INSTALACIÓN	PABELLÓN MUNICIPAL
EDAD	A PARTIR DE 5 AÑOS
CUOTA	SIN CUOTA
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	20
OBSERVACIONES	<p>CADA SEMANA SE PUBLICARÁ LA ACTIVIDAD QUE SE VA DESARROLLAR CADA VIERNES. DE LUNES A JUEVES EL NIÑ@ QUE ESTE INTERESADO PODRÁ INSCRIBIRSE EN deportesyjuventud@monterrubioarmuna.org</p>



NIÑ@S

ACTIVIDAD	JUDO
HORARIO	18:00
DÍAS	VIERNES
INSTALACIÓN	GIMNASIO SALA I
EDAD	A PARTIR DE 4 AÑOS HASTA LOS 10 AÑOS
CUOTA	SIN CUOTA
GRUPO MÍNIMO	7
GRUPO MÁXIMO	15
OBSERVACIONES	



NIÑ@S

ACTIVIDAD

DEFENSA PERSONAL

HORARIO

19:00

DÍAS

VIERNES

INSTALACIÓN

GIMNASIO SALA I

EDAD

A PARTIR DE 10 AÑOS

CUOTA TRIMESTRAL

SIN CUOTA

GRUPO MÍNIMO

7

GRUPO MÁXIMO

15

OBSERVACIONES



NIÑ@S

ACTIVIDAD

BAILE MODERNO

HORARIO

17:00 A 18:00

DÍAS

LUNES Y MIÉRCOLES

INSTALACIÓN

GIMNASIO SALA 2

EDAD

A PARTIR DE 6 AÑOS

CUOTA TRIMESTRAL

75 €

CUOTA MENSUAL

30 €

GRUPO MÍNIMO

8

GRUPO MÁXIMO

15

OBSERVACIONES

Durante el curso se realizarán distintas modalidades de baile: hip hop, comercial, bailes urbanos...



NIÑ@S

ACTIVIDAD

PATINAJE

HORARIO

-

DÍAS

POR CONFIRMAR

INSTALACIÓN

PABELLÓN MUNICIPAL

EDAD

A PARTIR DE 3 AÑOS

CUOTA TRIMESTRAL

75 €

CUOTA MENSUAL

30 €

GRUPO MÍNIMO

8

GRUPO MÁXIMO

12

OBSERVACIONES

EL ALUMNO DEBERÁ LLEVAR SU MATERIAL: PATINES Y PROTECCIONES



NIÑ@S

ACTIVIDAD

GIMNASIA RÍTMICA

HORARIO

16:15 A 18:15

DÍAS

JUEVES

INSTALACIÓN

MULTIUSOS

EDAD

A PARTIR DE 3 AÑOS

CUOTA TRIMESTRAL

75 €

CUOTA MENSUAL

30 €

GRUPO MÍNIMO

8

GRUPO MÁXIMO

20

OBSERVACIONES

NIÑ@S DE 3 A 6 AÑOS SOLO UNA HORA(MITAD DE LA CUOTA) MAYORES DE 6 AÑOS LAS DOS HORAS(CUOTA COMPLETA)



NIÑ@S

ACTIVIDAD	ESCUELA MUNICIPAL FÚTBOL SALA
HORARIO	18:45 A 19:45
DÍAS	LUNES Y JUEVES
INSTALACIÓN	PABELLÓN MUNICIPAL
EDAD	A PARTIR DEL 2019
CUOTA MENSUAL	10 €
GRUPO MÍNIMO	10
GRUPO MÁXIMO	15
OBSERVACIONES	



NIÑ@S

ACTIVIDAD

**ESCUELA MUNICIPAL
BALONCESTO**

HORARIO

17:30 A 18:30

DÍAS

LUNES Y JUEVES

INSTALACIÓN

PABELLÓN MUNICIPAL

EDAD

A PARTIR DEL 2019

CUOTA MENSUAL

10 €

GRUPO MÍNIMO

10

GRUPO MÁXIMO

15

OBSERVACIONES



NIÑ@S

ACTIVIDAD

**ESCUELA MUNICIPAL
VOLEIBOL**

HORARIO

19:00 A 20:00

DÍAS

MARTES Y VIERNES

INSTALACIÓN

PABELLÓN MUNICIPAL

EDAD

A PARTIR DEL 2018

CUOTA MENSUAL

10 €

GRUPO MÍNIMO

10

GRUPO MÁXIMO

15

OBSERVACIONES



NIÑ@S

ACTIVIDAD

**ESCUELA MUNICIPAL
BALONMANO**

HORARIO

19:00 A 20:00

DÍAS

MARTES Y VIERNES

INSTALACIÓN

PABELLÓN MUNICIPAL

EDAD

A PARTIR DEL 2019

CUOTA MENSUAL

10 €

GRUPO MÍNIMO

10

GRUPO MÁXIMO

15

OBSERVACIONES



NIÑ@S

ACTIVIDAD

**ESCUELA MUNICIPAL
BÁDMINTON**

HORARIO

18:00 A 19:00

DÍAS

VIERNES

INSTALACIÓN

PABELLÓN MUNICIPAL

EDAD

A PARTIR DEL 2019

CUOTA MENSUAL

10 €

GRUPO MÍNIMO

6

GRUPO MÁXIMO

10

OBSERVACIONES



NIÑ@S

ACTIVIDAD	POWERBOX
HORARIO	21:00 A 22:00
DÍAS	LUNESY MIÉRCOLES
INSTALACIÓN	PABELLÓN / GIMNASIO S2
EDAD	A PARTIR DE 10 AÑOS
CUOTA TRIMESTRAL	35 € MENSUAL / UNA SESIÓN A LA SEMANA 40 € MENSUAL / DOS SESIONES A LA SEMANA
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	25
OBSERVACIONES	Observaciones: Power crew es una asociación deportiva especializada en mejorar las capacidades física y emocionales de los alumnos/as mediante el método Powerbox que consiste en unir en una sesión entrenamiento de fitness con elementos básicos de boxeo