

INFORMACIÓN DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS



- IMPORTANTE: EN LA PAGINA WED DEL AYUNTAMIENTO SE ENCUENTRA EL DOSSIER ACTUALIZADO CON TODOS LOS HORARIOS ESTABLECIDOS DE LAS DISTINTAS MODALIDES DEPORTIVAS Y LA HOJA DE INSCRIPCIÓN.
- EL PLAZO DE INSCRIPCIÓN FINALIZA EL DÍA 26 DE SEPTIEMBRE A LAS 15:00 HRS.
- EL AYUNTAMIENTO INFORMARÁ DEL MATERIAL, HORARIOS, PROTOCOLO... DE LAS ACTIVIDADES QUE ORGANIZA DIRECTAMENTE EL AYUNTAMIENTO. JUDO, 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.
- RECORDAMOS QUE PUEDEN ENVIAR SU INSCRIPCIÓN O CUALQUIER TIPO DE DUDA A TRAVÉS DE LA DIRECCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO DEPORTESYJUVENTUD@MONTERRUBIOARMUNA.ORG

AYUNTAMIENTO MONTERRUBIO DE ARMUÑA

ACTIVIDADES DEPORTIVAS ADULTOS

2022-2023

ACTIVIDAD	DÍAS	HORA	LUGAR	EDADES
GIMNASIA MANTENIMIENTO	MARTES Y JUEVES	20:00 A 21:00	GIMNASIO MUNICIPAL S2	MAYORES DE 18 AÑOS
SPINNING	LUNES Y MIÉRCOLES	20:00 A 21:00	GIMNASIO MUNICIPAL S2	MAYORES DE 18 AÑOS
YOGA GRUPO DE TARDE	LUNES Y MIÉRCOLES	19:30 // 20:45	MULTIUSOS	A PARTIR DE 12 AÑOS
YOGA GRUPO DE MAÑANA	MARTES	9:30 A 10:30	MULTIUSOS	A PARTIR DE 18 AÑOS
YOGA TALLER CRECIMIENTO PERSONAL	MARTES	10:30	MULTIUSOS	A PARTIR DE 18 AÑOS
PILATES	MARTES y VIERNES	20:30 A 21:30	MULTIUSOS	A PARTIR DE 15 AÑOS
ZUMBA LATINA	VIERNES	18:30	GIMNASIO MUNICIPAL S2	A PARTIR DE 13 AÑOS
GAP	VIERNES	19:30	GIMASIO MUNICIPAL S2	A PARTIR DE 13 AÑOS

ACTIVIDADES DEPORTIVAS ADULTOS

2022-2023

ACTIVIDAD	DÍAS	HORA	LUGAR	EDADES
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL	LUNES Y MIÉRCOLES	20:00 A 21:00	PABELLÓN MUNICIPAL	A PARTIR DE 18 AÑOS
HIPOPRESIVOS MAÑANA	LUNES Y MIÉRCOLES	9:30 a 10:30	MULTIUSOS	A PARTIR DE 17 AÑOS
HIPOPRESIVOS TARDE	JUEVES	20:30 A 21:30	MULTIUSOS	A PARTIR DE 17 AÑOS
AERO DANCE	MARTES Y JUEVES	19:00 A 20:00	GIMNASIO MUNICIPAL	A PARTIR DE 13 AÑOS
BALONCESTO	MARTES Y JUEVES	21:00	PABELLÓN MUNICIPAL	A PARTIR DE 18 AÑOS
GRUPO DE CARRERA	-	-	MUNICIPIO	A PARTIR DE 18 AÑOS
PETANCA C.D AMIGOS DE MONTERRUBIO	-	-	-	-

ACTIVIDADES DEPORTIVAS NIÑOS

2022 2023

ACTIVIDAD	DÍAS	HORA	LUGAR	EDADES
TENIS / PÁDEL	LUNES Y MIÉRCOLES	16:00 // 17:30	PISTAS MUNICIPALES	A PARTIR DE 5 AÑOS
TENIS / PÁDEL	MARTES Y JUEVES	16:00 A 17:00	PISTAS MUNICIPALES	A PARTIR DE 5 AÑOS
MULTIDEPORTE	VIERNES	17:00 A 18:00	PABELLÓN MUNICIPAL	A PARTIR DE 5 AÑOS
PATINAJE	MIÉRCOLES	18:30 A 19:30	PABELLÓN MUNICIPAL	A PARTIR DE 3 AÑOS
GIMNASIA RÍTMICA	JUEVES	17:00 A 19:00	MULTIUSOS	A PARTIR DE 3 AÑOS
JUDO	VIERNES	18:00 A 19:00	GIMNASIO MUNICIPAL	A PARTIR DE 4 AÑOS
DEFENSA PERSONAL	VIERNES	19:00 A 20:00	GIMNASIO MUNICIPAL	A PARTIR DE 10 AÑOS

ACTIVIDADES DEPORTIVAS NIÑOS

2022-2023

ACTIVIDAD	DÍAS	HORA	LUGAR	EDADES
ZUMBA KIDS	VIERNES	17:30 A 18:30	GIMNASIO MUNICIPAL S2	DE 4 A 13 AÑOS
ATLETISMO	MARTES Y JUEVES	19:30 A 20:30	PABELLÓN	A PARTIR DE 5 AÑOS
MINI DANCE KIDS	MARTES Y JUEVES	17:00 A 18:00	GIMNASIO MUNICIPAL	DE 5 A 7 AÑOS
DANCE KIDS	MARTES Y JUEVES	18:00 A 19:00	GIMNASIO MUNICIPAL	DE 8 A 12 AÑOS
ESCUELA DE FÚTBOL SALA	LUNES Y MIÉRCOLES	18:00 A 19:00	PABELLÓN MUNICIPAL	A PARTIR DE 4 AÑOS
ESCUELA DE BALONCESTO	LUNES Y MIÉRCOLES	18:00 A 19:00	PABELLÓN MUNICIPAL	A PARTIR DE 4 AÑOS
BALONCESTO	MARTES Y JUEVES	19:00 A 20:00	PABELLÓN MUNICIPAL	2013-2012-2011



2022-2023

ACTIVIDAD	GIMNASIA MANTENIMIENTO
HORARIO	20:00 A 21:00
DÍAS	MARTES Y JUEVES
INSTALACIÓN	GIMNASIO SALA 2
EDAD	A PARTIR DE 18 AÑOS
CUOTA MESUAL	10€ MES
GRUPO MÍNIMO	6
GRUPO MÁXIMO	12
OBSERVACIONES	PREFERENCIA EMPADRONADOS

2022-2023

ACTIVIDAD	SPINNING
HORARIO	20:00 A 21:00
DÍAS	LUNES Y MIÉRCOLES
INSTALACIÓN	GIMNASIO SALA 2
EDAD	A PARTIR DE 18 AÑOS
CUOTA MESUAL	EMPADRONADO 10€ AL MES NO EMPADRONADO Según ordenanza (N.º 162/ 24 agosto 2020)
GRUPO MÍNIMO	6
GRUPO MÁXIMO	12
OBSERVACIONES	Para poder realizar la actividad, deberá ser obligatoriamente socio del gimnasio. Pudiendo utilizar todas las instalaciones. PREFERENCIA EMPADRONADOS.

2022-2023

ACTIVIDAD	YOGA (GRUPO DE TARDE)
HORARIO	19:30 A 20:30 // 20:45 A 21:45
DÍAS	LUNES Y MIÉRCOLES
INSTALACIÓN	MULTIUSOS
EDAD	A PARTIR DE LOS 12 AÑOS
CUOTA MENSUAL	25 €
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	15
OBSERVACIONES	



2022-2023

ACTIVIDAD	YOGA (GRUPO DE MAÑANA)
HORARIO	9:30 A 10:30
DÍAS	MARTES
INSTALACIÓN	MULTIUSOS
EDAD	A PARTIR DE LOS 18 AÑOS
CUOTA MENSUAL	15 €
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	15
OBSERVACIONES	

2022-2023

ACTIVIDAD	YOGA TALLER DE CRECIMENTO PERSONAL
HORARIO	10:30 A 11:30
DÍAS	MARTES
INSTALACIÓN	MULTIUSOS
EDAD	A PARTIR DE LOS 18 AÑOS
CUOTA MENSUAL	15 €
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	15
OBSERVACIONES	

2022-2023

ACTIVIDAD	PILATES
HORARIO	20:30 A 21:30
DÍAS	MARTES Y VIERNES
INSTALACIÓN	MULTIUSOS
EDAD	A PARTIR DE 15 AÑOS
CUOTA TRIMESTRAL	50 € TRIMESTRAL/ UNA SESIÓN A LA SEMANA 75 € TRIMESTRAL/ DOS SESIONES A LA SEMANA
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	15
OBSERVACIONES	EL ALUMNO DEBERÁ LLEVAR SU COLCHONETA Y PEQUEÑO MATERIA

2022-2023

ACTIVIDAD	ZUMBA LATINO
HORARIO	18:30
DÍAS	VIERNES
INSTALACIÓN	GIMNASIO SALA 2
EDAD	A PARTIR DE 13 AÑOS
CUOTA TRIMESTRAL	50 €
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	25
OBSERVACIONES	MÚSICA CON RITMOS LATINOS



2022-2023

ACTIVIDAD	GAP
HORARIO	19:30
DÍAS	VIERNES
INSTALACIÓN	GIMNASIO SALA 2
EDAD	A PARTIR DE 13 AÑOS
CUOTA TRIMESTRAL	50 €
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	25
OBSERVACIONES	

2022-2023

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	8
GRUPO MÁXIMO	20
OBSERVACIONES	

2022-2023

ACTIVIDAD	HIPOPRESIVOS (GRUPO DE MAÑANA)
HORARIO	9:30 A 10:30
DÍAS	LUNES Y MIÉRCOLES
INSTALACIÓN	MULTIUSOS
EDAD	A PARTIR DE 17 AÑOS
CUOTA MENSUAL	35 €
GRUPO MÍNIMO	7
GRUPO MÁXIMO	12
OBSERVACIONES	TRATAMIENTO SUELO PÉLVICO, POSPARTOS Y TONIFICACIÓN

2022-2023

ACTIVIDAD	HIPOPRESIVOS (GRUPO DE TARDE)
HORARIO	20:30 A 21:30
DÍAS	JUEVES
INSTALACIÓN	MULTIUSOS
EDAD	A PARTIR DE 17 AÑOS
CUOTA MENSUAL	18€
GRUPO MÍNIMO	7
GRUPO MÁXIMO	12
OBSERVACIONES	TRATAMIENTO SUELO PÉLVICO, POSPARTOS Y TONIFICACIÓN

2022-2023

ACTIVIDAD	AERO DANCE
HORARIO	19:00 A 20:00
DÍAS	MARTES Y JUEVES
INSTALACIÓN	GIMNASIO SALA 2
EDAD	A PARTIR DE 13 AÑOS
CUOTA MENSUAL	25 €
GRUPO MÍNIMO	10
GRUPO MÁXIMO	25
OBSERVACIONES	FITNESS DANCE

2022-2023

ACTIVIDAD	BALONCESTO
HORARIO	21:00
DÍAS	MARTES Y JUEVES
INSTALACIÓN	PABELLÓN MUNICIPAL
EDAD	A PARTIR DE 18 AÑOS
CUOTA	
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	
OBSERVACIONES	LIGA DIPUTACIÓN DE SALAMANCA

2022-2023

ACTIVIDADES PARA 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



2022-2023

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	

ACTIVIDADES DEPORTIVAS AYUNTAMIENTO MONTERRUBIO DE ARMUÑA





ACTIVIDAD	TENIS / PÁDEL
HORARIO	INICIACIÓN / LUNES Y MIÉRCOLES - 16:00 PERFECCIONAMIENTO I / LUNES Y MIÉRCOLES - 17:30 PERFECCIONAMIENTO II / MARTES Y JUEVES — 16:00
INSTALACIÓN	PISTAS MUNICIPALES
EDAD	A PARTIR DE 5 AÑOS
CUOTA MENSUAL	10€
GRUPO MÍNIMO (Por grupo)	6
GRUPO MÁXIMO (Por grupo)	10
OBSERVACIONES	PREFERENCIA EMPADRONADOS

ACTIVIDADES PARA 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	2

25



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	CADA SEMANA SE PUBLICARÁ LA ACTIVIDAD QUE SE VA DESARROLLAR CADA VIERNES. DE LUNES A JUEVES EL NIÑ@ QUE ESTE INTERESADO PODRÁ INSCRIBIRSE



ACTIVIDAD	PATINAJE
HORARIO	18:30 A 19:30
DÍAS	MIÉRCOLES
INSTALACIÓN	PABELLÓN MUNICIPAL
EDAD	A PARTIR DE 3 AÑOS
CUOTA TRIMESTRAL	75 €
CUOTA MENSUAL	30 €
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	12
OBSERVACIONES	



ACTIVIDAD	GIMNASIA RÍTMICA
HORARIO	17:00 A 19:00
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)



ACTIVIDAD	JUDO
HORARIO	18:00
DÍAS	VIERNES
INSTALACIÓN	GIMNASIO SALA 1
EDAD	A PARTIR DE 4 AÑOS
CUOTA TRIMESTRAL	SIN CUOTA
GRUPO MÍNIMO	7
GRUPO MÁXIMO	15
OBSERVACIONES	



ACTIVIDAD	DEFENSA PERSONAL
HORARIO	19:00
DÍAS	VIERNES
INSTALACIÓN	GIMNASIO SALA 1
EDAD	A PARTIR DE 10 AÑOS
CUOTA TRIMESTRAL	SIN CUOTA
GRUPO MÍNIMO	7
GRUPO MÁXIMO	15
OBSERVACIONES	



ACTIVIDAD	ZUMBA KIDS
HORARIO	17:30 A 18:30
DÍAS	VIERNES
INSTALACIÓN	GIMNASIO SALA 2
EDAD	DE 4 A 13 AÑOS
CUOTA TRIMESTRAL	50 €
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	25
OBSERVACIONES	



ACTIVIDAD	MINI DANCE KIDS
HORARIO	17:00 A 18:00
DÍAS	MARTES Y JUEVES
INSTALACIÓN	GIMNASIO SALA 2
EDAD	DE 5 A 7 AÑOS
CUOTA MENSUAL	25 €
GRUPO MÍNIMO	10
GRUPO MÁXIMO	15
OBSERVACIONES	COREOGRAFÍAS Y MUSICALES



ACTIVIDAD	DANCE KIDS
HORARIO	18:00 a 19:00
DÍAS	MARTES Y JUEVES
INSTALACIÓN	GIMNASIO SALA 2
EDAD	DE 8 AÑOS A 12 AÑOS
CUOTA MENSUAL	25 €
GRUPO MÍNIMO	10
GRUPO MÁXIMO	15
OBSERVACIONES	COREOGRAFÍAS Y MUSICALES



ACTIVIDAD	ATLETISMO
HORARIO	19:30 A 20:30
DÍAS	MARTES Y JUEVES
INSTALACIÓN	Pabellón municipal
EDAD	A PARTIR DE 5 AÑOS
Cuota mensual	
GRUPO MÍNIMO	10
GRUPO MÁXIMO	25
OBSERVACIONES	



ACTIVIDAD	ESCUELA DE FÚTBOL SALA
HORARIO	18:00
DÍAS	LUNES Y MIÉRCOLES
INSTALACIÓN	PABELLÓN
EDAD	DE 4 A 6 AÑOS
CUOTA MENSUAL	10€
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	15
OBSERVACIONES	



ACTIVIDAD	ESCUELA DE BALONCESTO
HORARIO	18:00
DÍAS	LUNES Y MIERCOLES
INSTALACIÓN	PABELLÓN
EDAD	DE 4 A 6 AÑOS
CUOTA MENSUAL	10 €
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	15
OBSERVACIONES	



ACTIVIDAD	BALONCESTO
HORARIO	19:00 A 20:00
DÍAS	MARTES Y JUEVES
INSTALACIÓN	PABELLÓN MUNICIPAL
EDAD	2013-2012-2011
CUOTA MENSUAL	10€
GRUPO MÍNIMO	8
GRUPO MÁXIMO	15
OBSERVACIONES	