











Patinaje en línea Para todas las edades






| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Mínimo 8 participantes - Máximo 15 participantes</i> |
|  | <i>Frontón anexo al Polideportivo "I.G.P. Lenteja de la Armuña"</i> |
|  | <i>Martes de 16.00 a 17.00 o miércoles de 17.00 a 18.00</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Empadronado 12€/mes - No empadronado 20€/mes</i> |
|  | <i>Grupos en función del nivel de destreza</i> |

Kárate






| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Mínimo 8 participantes - Máximo 15 participantes</i> |
|  | <i>Polideportivo "I.G.P. Lenteja de la Armuña"</i> |
|  | <i>De 3 a 6 años: viernes de 17.00 a 18.00 Mayores de 6 años: martes de 19.00 a 20.00 y viernes de 18.00 a 19.00</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) De 3 a 6 años: Empadronado 12€/mes - No empadronado 20€/mes Mayores de 6 años: Empadronado 20€/mes - No empadronado 25€/mes</i> |
|  | <i>Licencia federativa obligatoria no incluida (excepto Minis)</i> |

Yoga adultos






A partir de 3º ESO

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Mínimo 10 participantes - Máximo 25 participantes</i> |
|  | <i>Centro Polivalente San Roque</i> |
|  | <i>Lunes de 21.15 a 22.15</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Empadronado 7.5€/mes - No empadronado 12.5€/mes</i> |
|  | <i>Posibilidad de realizar la actividad dos días (Empadronado 15€/mes - No empadronado 25€/mes)</i> |






Pilates

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Mínimo 10 participantes - Máximo 25 participantes</i> |
|  | <i>Centro Polivalente San Roque</i> |
|  | <i>Opción 1: lunes y miércoles de 10.00 a 11.00 Opción 2: lunes y miércoles de 19.15 a 20.15 Opción 3: lunes y miércoles de 20.15 a 21.15</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Empadronado 15€/mes - No empadronado 25€/mes</i> |
|  | |






Zumba

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Mínimo 10 participantes - Máximo 20 participantes</i> |
|  | <i>Polideportivo "I.G.P. Lenteja de la Armuña"</i> |
|  | <i>Dos clases: martes y jueves de 10.00 a 11.00 Una clase: viernes de 16.00 a 17.00</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Dos clases: Empadronado 20€/mes - No empadronado 25€/mes Una clase: Empadronado 12€/mes - No empadronado 20€/mes</i> |
|  | |






Gimnasia rítmica

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Mínimo 8 participantes - Máximo 15 participantes</i> |
|  | <i>Centro Polivalente San Roque</i> |
|  | <i>De 3 a 6 años: lunes de 16.00 a 17.00 Mayores de 6 años: lunes de 16.00 a 18.00</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) De 3 a 6 años Empadronado 12€/mes - No empadronado 20€/mes Mayores de 6 años Empadronado 20€/mes - No empadronado 25€/mes</i> |
|  | |






Gimnasia de mantenimiento

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Mínimo 10 participantes - Máximo 25 participantes</i> |
|  | <i>Si se está cursando Depende de Ti: Polideportivo "I.G.P. Lenteja de la Armuña"</i> <i>Si no se está cursando Depende de Ti Centro Polivalente San Roque</i> |
|  | <i>Martes y jueves de 9.45 a 10.45</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Empadronado 15€/mes - No empadronado 25€/mes</i> |
|  | <i>Fuera del Programa "Depende de Ti"</i> |






Entrenamiento funcional

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Mínimo 10 participantes - Máximo 20 participantes</i> |
|  | <i>Polideportivo "I.G.P. Lenteja de la Armuña"</i> |
|  | <i>Opción 1: lunes y miércoles de 9.30 a 10.30 Opción 2: martes y jueves de 19.00 a 20.00 Opción 3: martes y jueves de 20.00 a 21.00</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Empadronado 20€/mes - No empadronado 25€/mes</i> |
|  | |






Baloncesto

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Mínimo 8 participantes - Máximo 15 participantes</i> |
|  | <i>Polideportivo "I.G.P. Lentega de la Armuña"</i> |
|  | <i>Minis, Prebenjamín, Benjamín y Alevín: Martes y jueves de 16.00 a 17.00 Infantil y Cadete: Martes y jueves de 17.00 a 18.00</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Empadronado 20€/mes - No empadronado 25€/mes</i> |
|  | <i>Licencia federativa no incluida (excepto Minis)</i> |

Pádel para todas las edades

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Grupos de 5 alumnos</i> |
|  | <i>Pistas de pádel municipales</i> |
|  | <i>1 hora semanal, dependiendo de los grupos que se formen según nivel y disponibilidad horaria</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Empadronado 20€/mes - No empadronado 25€/mes</i> |
|  | <i>Material a cargo del usuario</i> |






Circuito de fuerza

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Grupos de 6 alumnos</i> |
|  | <i>Gimnasio del Polideportivo "I.G.P. Lenteja de la Armuña"</i> |
|  | <i>Dos horas semanales, sujeto a composición de grupos</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Empadronado 30€/mes - No empadronado 40€/mes</i> |
|  | <i>Trabaja tu fuerza por grupos musculares. Rutinas marcadas por el entrenador</i> |






Hipopresivos

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Mínimo 10 participantes - Máximo 20 participantes</i> |
|  | <i>Gimnasio del Polideportivo "I.G.P. Lenteja de la Armuña"</i> |
|  | <i>Sábados de 9.00 a 10.00</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Empadronado 12€/mes - No empadronado 20€/mes</i> |
|  | |

Judo






| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Mínimo 8 participantes - Máximo 25 participantes</i> |
|  | <i>Centro Polivalente San Roque</i> |
|  | <i>De 4 a 9 años: martes y jueves de 19.00 a 20.00 De 9 a 14 años: martes y jueves de 20.00 a 21.00</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Empadronado 18€/mes - No empadronado 25€/mes</i> |
|  | <i>No incluidos: Licencia federativa obligatoria, el judogi ni el cinturón. Campeonatos, exhibiciones, fiestas tradicionales japonesas (el Kangeiko, Kagami Biraki), concentraciones urbanas, campus de verano...</i> |

Fútbol sala

| | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
|  | <i>Mínimo 8 participantes - Máximo 16 participantes</i> | |
|  | <i>Polideportivo "I.G.P. Lenteja de la Armuña"</i> | |
|  | <i>Lunes y miércoles</i> | |
| | <i>Minis y Prebenjamín de 16.00 a 17.00</i> | |
| | <i>Benjamín de 17.00 a 18.00</i> | <i>Alevín de 18.00 a 19.00</i> |
| | <i>Infantil de 19.00 a 20.00</i> | <i>Cadete de 20.00 a 21.00</i> |
| | <i>Juvenil y Senior: Lunes de 22.00 a 23.00 y miércoles de 21.00 a 22.00</i> | |
|  | <i>(Pago trimestral) Empadronado 20€/mes - No empadronado 25€/mes</i> | |
|  | <i>Licencia federativa no incluida (excepto Minis). Partidos de exhibición, Liga Prebenjamín, Competición Escolar y Provincial. Los horarios pueden modificarse por necesidades del servicio</i> | |






Pole Sport

A partir de 16 años

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Mínimo 4 participantes - Máximo 8 participantes</i> |
|  | <i>Centro Polivalente San Roque</i> |
|  | <i>Opción 1: una hora y media semanal los viernes de 20.30 a 22.00 Opción 2: dos viernes al mes (por determinar) de 20.30 a 22.00</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Opción 1: Empadronado 26€/mes - No empadronado 35€/mes Opción 2: Empadronado 15€/mes - No empadronado 20€/mes</i> |
|  | <i>Material incluido</i> |

Pole Dance (Sport)

de 5 a 15 años






| | | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------|
|  | <i>Mínimo 4 participantes - Máximo 8 participantes</i> | | |
|  | <i>Centro Polivalente San Roque</i> | | |
|  | <i>Opción 1: miércoles de 17.00 a 18.00 (una hora semanal) Opción 2: miércoles alternos de 17.00 a 18.00 o viernes alternos de 18.30 a 19.30 (ver a continuación)</i> | | |
| | <i>Octubre: 4-18</i> | <i>Noviembre: 8-22</i> | <i>Diciembre: 13</i> |
| | <i>Enero: 10-24</i> | <i>Febrero: 7-21</i> | <i>Marzo: 7-21</i> |
| | <i>Abril: 4-25</i> | <i>Mayo: 16-30</i> | <i>Junio: 13</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Opción 1: Empadronado 19€/mes - No empadronado 25€/mes Opción 2: Empadronado 14€/mes - No empadronado 19€/mes</i> | | |
|  | <i>Material incluido</i> | | |

Atletismo para todas las edades






| | | | | | | | | | | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|------------------------|------------------------|-------------|-----------------------------------|---------|-----------------------------------|---------|---------|
|  | Mínimo 8 participantes - Grupos por nivel | | | | | | | | | |
|  | Polideportivo "I.G.P. Lenteja de la Armuña" Pista de Atletismo Helmántico | | | | | | | | | |
|  | En Polideportivo: Martes y jueves de 18.00 a 19.00 y opción de recuperar clases perdidas en Pistas de Atletismo Helmántico En Pistas Helmántico: lunes, miércoles y viernes de 18.00 a 19.30 | | | | | | | | | |
|  | En Polideportivo "I.G.P. Lenteja de la Armuña" (Pago trimestral) | | | | | | | | | |
| | <table border="0"> <tr> <td></td> <td><u>Empadronados</u></td> <td><u>No empadronados</u></td> </tr> <tr> <td>No federado</td> <td>14€/mes</td> <td>20€/mes</td> </tr> <tr> <td>Federado (Hasta sub 24 y Masters)</td> <td>18€/mes</td> <td>25€/mes</td> </tr> </table> | | <u>Empadronados</u> | <u>No empadronados</u> | No federado | 14€/mes | 20€/mes | Federado (Hasta sub 24 y Masters) | 18€/mes | 25€/mes |
| | | <u>Empadronados</u> | <u>No empadronados</u> | | | | | | | |
| | No federado | 14€/mes | 20€/mes | | | | | | | |
| Federado (Hasta sub 24 y Masters) | 18€/mes | 25€/mes | | | | | | | | |
| En Pistas Helmántico (Pago trimestral) | | | | | | | | | | |
| | <table border="0"> <tr> <td></td> <td><u>Empadronados</u></td> </tr> <tr> <td>No federado</td> <td>17€/mes</td> </tr> <tr> <td>Federado (Hasta sub 24 y Masters)</td> <td>21€/mes</td> </tr> </table> | | <u>Empadronados</u> | No federado | 17€/mes | Federado (Hasta sub 24 y Masters) | 21€/mes | | | |
| | <u>Empadronados</u> | | | | | | | | | |
| No federado | 17€/mes | | | | | | | | | |
| Federado (Hasta sub 24 y Masters) | 21€/mes | | | | | | | | | |
|  | Participación en juegos escolares y polideportividad sin aumento de la cuota. Federados categorías sub16, sub18, sub 20, sub 23 y Absoluto, consultar al C.D. "La Armuña" | | | | | | | | | |

Pickleball






A partir de 1º Primaria

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | Mínimo 8 participantes - Máximo 16 participantes |
|  | Frontón anexo al Polideportivo "I.G.P. Lenteja de la Armuña" y Pista municipal anexa a las pistas de pádel |
|  | 1 hora semanal dependiendo de los grupos que se formen y disponibilidad horaria |
|  | (Pago trimestral) Empadronado 15€/mes - No empadronado 20€/mes |
|  | Material incluido al comienzo de la actividad (bolas, palas y redes) |






Pelota mano para todas las edades

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Mínimo 8 participantes - Máximo 15 participantes</i> |
|  | <i>Frontón anexo al Polideportivo "I.G.P. Lenteja de la Armuña"</i> |
|  | <i>Una hora semanal, dependiendo de los grupos que se formen y según nivel y disponibilidad horaria</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Empadronado 11€/mes - No empadronado 15€/mes</i> |
|  | <i>Material incluido adecuado a la edad</i> |

Reiki

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Mínimo 10 participantes - Máximo 15 participantes</i> |
|  | <i>Centro Cívico Cultural Isabel Méndez</i> |
|  | <i>Primer nivel de Reiki: Lunes de 20.30 a 21.30 Segundo nivel de Reiki: Martes de 20.30 a 21.30</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Empadronado 14€/mes - No empadronado 20€/mes</i> |
|  | <i>Aprende todos los conceptos del Reiki, su utilización y cómo hacer Reiki. Obtención de diploma en junio avalado por la Federación Española de Reiki. Material incluido (de papelería, manuales...)</i> |

Jugger

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <i>Mínimo 10 participantes - Máximo 16 participantes</i> |
|  | <i>Frontón anexo al Polideportivo "I.G.P. Lenteja de la Armuña"</i> |
|  | <i>De 3º a 6º de Primaria: Lunes de 17.00 a 18.30 1ºESO en adelante: Lunes de 18.30 a 20.00</i> |
|  | <i>(Pago trimestral) Empadronado 13€/mes - No empadronado 18€/mes</i> |
|  | <i>Material incluido</i> |

Información del gimnasio de Castellanos de Moriscos

PRECIOS

| | <i>Empadronado</i> | <i>No empadronado</i> |
|------------------|------------------------|--------------------------|
| <i>Mes</i> | <i>20€/mes</i> | <i>25€/mes</i> |
| <i>Trimestre</i> | <i>50€ (16.6€/mes)</i> | <i>67.5€ (22.5€/mes)</i> |
| <i>6 meses</i> | <i>90€ (15€/mes)</i> | <i>120€ (20€/mes)</i> |

INSCRIPCIÓN GRATUITA (no existe ninguna cuota de inicio)



Información de tenis de Cabrerizos, Moriscos y Aldehuela



Acuerdo del 15% de descuento en clases de tenis y del 15% en alquiler de pistas en las instalaciones del Club en Cabrerizos, Moriscos y Aldehuela

betennissalamanca@gmail.com

<https://betennissalamanca.com/>

Información de piscina de Villares



Acuerdo del 10% de descuento en las tarifas de no abonados para los cursos de natación en la piscina climatizada de Villares (matrícula no incluida)



Piscinas climatizadas - Centro Deportivo Villares de la Reina