

KIROL IKASTAROAK IRAILA 2020 SEPTIEMBRE CURSOS DEPORTIVOS

Helduen zuzenduriko jarduerak Actividades dirigidas personas adultas						
Jarduera Actividad	Maila Nivel	Adina Edad	Egunak Días	Ordutegia Horario	Aretoa Sala	Kuota Cuota
FITNESS	-	16+	Altik ORra L a V LR S	08.00 – 21.30 09.00 – 13.00	P1	35.40 54.90
AEROBIC	0-2	12 +	AL-AT-OT L-X-V	09.30–10.25	P4 - A	35.40 54.90
AEROBIC	0-2	12 +	AL-AZ L-X	09.30–10.25	P4 - A	26.80 41.45
CIRCUITO EXPRESS	0	16 +	AL-AT-OT L-X-V	08.30-09.25	P4 - A	35.40 54.90
CIRCUITO EXPRESS	0	16 +	AR-OG M-J	13.45-14.40	P4 - A	26.80 41.45
CIRCUITO EXPRESS	0	16 +	OR V	10.30–11.25	P4 – A	13.95 21.70
TOTAL CORE	0	16 +	AT L	17.30–18.25	P4 – A	13.95 21.70
TOTAL CORE	0	16 +	AZ X	17.30–18.25	P4 – A	13.95 21.70
BODY POWER	0-2	16 +	AL-AZ L-X	11.00–11.55	P4 – A	26.80 41.45
BODY POWER	0-2	16 +	AL-AZ L-X	14.00–14.55	P4 – A	26.80 41.45
BODY POWER	0-2	16 +	AL-AZ L-X	19.30-20.25	P4 – A	26.80 41.45
BODY POWER	0-2	16 +	AR-OG M-J	18.30–19.25	P4 – A	26.80 41.45
BODY POWER	0	16 +	AR-OG M-J	20.30–21.25	P4 – A	26.80 41.45
YOGA	0	12 +	AL-ATZ L-X	10.00–10.55	P2	30.25 46.80
YOGA	0	12 +	AL-ATZ L-X	20.00–20.55	P2	30.25 46.80
HIPO-YOGA	0-1	12 +	AL-AZ L-X	09.00–09.55	P2	30.25 46.80
HIPO-YOGA	0-1	12 +	AR-OG M-J	10.30–11.25	P2	30.25 46.80
HIPO-YOGA	0-1	12 +	OR V	11.00–11.55	P2	16.30 25.25
HIPOPRESIVE	0-1	12 +	AL-AZ L-X	16.30–17.25	P2	30.25 46.80
HIPOPRESIVE	0-1	12 +	AL-AZ L-X	19.30–20.25	P4 – B	30.25 46.80
HIPOPRESIVE	0-1	12 +	AR-OG M-J	15.30–16.25	P2	30.25 46.80
HIPOPRESIVE	0-1	12 +	AR-OG M-J	19.30–20.00	P2	16.30 25.25
ROLLER SKATE	0	12 +	AZ X	18.30–19.25		13.95 21.70
ZOOMBA	0	12 +	AL-AZ L-X	16.30–17.25	P4 – A	26.80 41.45
ZOOMBA	0	12 +	AL L	16.30–17.25	P4 – A	13.95 21.70
ZOOMBA	0	12 +	AZ X	16.30–17.25	P4 – A	13.95 21.70
ZOOMBA	0	12 +	AL-AZ L-X	18.30–19.25	P4 – A	26.80 41.45
ZOOMBA	0	12 +	AL L	18.30–19.25	P4 – A	13.95 21.70
ZOOMBA	0	12 +	AZ X	18.30–19.25	P4 – A	13.95 21.70
CICLO INDOOR	0-2	13+	AL-AZ L-X	10.30–11.25	P1	30.25 46.80
CICLO INDOOR (E)	0-2	13+	AL-AZ L-X	14.45–15.40	P1	30.25 46.80
CICLO INDOOR	0-2	13+	AL-AZ L-X	18.00–18.55	P1	30.25 46.80
CICLO INDOOR	0-2	13+	AL-AZ L-X	19.00–19.55	P1	30.25 46.80
CICLO INDOOR	0-2	13+	AL-AZ L-X	20.00–20.55	P1	30.25 46.80
CICLO INDOOR (E)	0-2	13+	AR-OG M-J	08.30–09.25	P1	30.25 46.80
CICLO INDOOR	0-2	13+	AR-OG M-J	14.45–15.40	P1	30.25 46.80
CICLO INDOOR (E)	0-2	13+	AR-OG M-J	18.00–18.55	P1	30.25 46.80
CICLO INDOOR	0-2	13+	AR-OG M-J	19.00–19.55	P1	30.25 46.80

CICLO INDOOR (E)	0-2	13+	AR-OG M-J	20.00–20.55	P1	30.25 46.80
CICLO INDOOR	0-2	13+	OR V	09.30–10.25	P1	16.30 25.25
CICLO INDOOR (E)	0-2	13+	OR V	18.00–18.55	P1	16.30 25.25
CICLO INDOOR	0-2	13+	LR S	10.00–10.55	P1	16.30 25.25
CICLO INDOOR	0-2	13+	IG D	11.00–11.55	P1	16.30 25.25
STRETCHING	0	12+	AL-AZ L-X	10.00–10.55	P4 - B	30.25 46.80
STRETCHING	0	12+	AR-OG M-J	16.30–17.25	P4 - B	30.25 46.80
STRETCHING	0	12+	AR-OG M-J	19.00-19.55	P4 - B	30.25 46.80
STRETCHING	0	12+	AR M	16.30–17.25	P4 - B	16.30 25.25
STRETCHING	0	12+	OG J	16.30–17.25	P4 - B	16.30 25.25
PILATES	0-2	12+	AL-AZ L-X	11.00–11.55	P4 - B	30.25 46.80
PILATES	0-2	12+	AL-AZ L-X	12.00-12.55	P4 - B	30.25 46.80
PILATES	0-2	12+	AL-AZ L-X	15.00–15.55	P4 - B	30.25 46.80
PILATES	0-2	12+	AL-AZ L-X	17.30–18.25	P4 - B	30.25 46.80
PILATES	0-2	12+	AL-AZ L-X	18.30–19.25	P4 - B	30.25 46.80
PILATES	0-2	12+	AR-OG M-J	09.30–10.25	P4 - B	30.25 46.80
PILATES	0-2	12+	AR-OG M-J	11.00-11.55	P4 - B	30.25 46.80
PILATES	0-2	12+	AR-OG M-J	13.45–14.40	P4 - B	30.25 46.80
PILATES	0-2	12+	AR-OG M-J	18.00–18.55	P4 - B	30.25 46.80
PILATES	0-2	12+	AR-OG M-J	20.00–20.55	P4 - B	30.25 46.80
GAPC	0	12+	AR-OG M-J	09.30–10.25	P4 – A	26.80 41.45
GAPC	0	12+	AR-OG M-J	19.30–20.25	P4 – A	26.80 41.45
GAPC	0	12+	AR M	19.30–20.25	P4 – A	13.95 21.70
GAPC	0	12+	OG J	19.30–20.25	P4 – A	13.95 21.70
LATIN DANCE	0	12+	AR-OG M-J	10.30–11.25	P4 – A	26.80 41.45
LATIN DANCE	0-1	12+	AR-OG M-J	17.30–18.25	P4 – A	26.80 41.45
AAFF MAYORES	0	55+	AL-AZ L-X	09.30–10.30	PT	+info
AAFF MAYORES	0	55+	AL-AZ L-X	10.30–11.30	PT	+info
AAFF MAYORES	0	55+	AL-OR L-V	08.30–09.30	PT	+info
Moldaketak / Modificaciones Berria / Nuevo Bertan behera / Suspendido Urrian / Octubre						

Haurren zuzenduriko jarduerak Actividades dirigidas infantil						
Jarduera Actividad	Maila Nivel	Adina Edad	Egunak Días	Ordutegia Horario	Aretoa Sala	Kuota Cuota
ROLLER SKATE (B)*	0	4+	AL-AZ L-X	17.30–18.25		26.80 41.45
ROLLER SKATE (B)*	1	5+	AR-OG M-J	17.30–18.25		26.80 41.45
ROLLER SKATE (B)	1	5+	AL L	18.30–19.25		13.95 21.70
PADEL (B)	0-1	9-14	AR-OG M-J	16.45–17.40	PD	33.85 55.00
DANCE (B)	0-1	6+	AL L	16.30–17.25	PT	13.95 21.70
DANCE (B)	0-1	4+	AZ X	17.30–18.25	PT	13.95 21.70
RITMIKA (B)	0	6+	AL L	17.30–18.25	PT	13.95 21.70
RITMIKA (B)	0	6+	AR M	16.30–17.25	PT	13.95 21.70
RITMIKA (B)	0	6+	AZ X	18.30–19.25	PT	13.95 21.70
RITMIKA (B)	0	6+	OG J	16.30–17.25	PT	13.95 21.70

Urrian / Octubre
* Egun bakarra kontratatzeko aukera dago / Existe la opción de contratar un solo día.

Helduen uretako jarduerak Actividades acuáticas personas adultas						
Jarduera Actividad	Maila Nivel	Adina Edad	Egunak Días	Ordutegia Horario	Aretoa Sala	Kuota Cuota
AQUAGYM	0	12+	AL-AZ L-X	19.10-20.00	PS	26.80 41.45
AQUAGYM	0	12+	AR-OG M-J	08.10-09.00	PS	26.80 41.45
AQUATONIC	0	12+	OR V	08.10-09.00	PS	13.95 21.70
IGERIKETA	0-1	14+	AR-OG M-J	10.00-10.50	PS	26.80 41.45
IGERIKETA	0-1	14+	AR-OG M-J	20.00-20.50	PS	26.80 41.45
IGERIKETA	1	14+	AL-AZ L-X	20.00-20.50	PS	26.80 41.45

Ikastargile gehiago behar ditu irailean martxan jartzeko / Requiere más cursillistas para ponerlo en marcha en septiembre.

Haurren uretako jarduerak Actividades acuáticas infantil						
Jarduera Actividad	Maila Nivel	Adina Edad	Egunak Días	Ordutegia Horario	Aretoa Sala	Kuota Cuota
IGERIKETA (B)	5	>2014	AL-AZ L-X	17.30-18.20	PS	26.80 41.45
IGERIKETA (B)	5	>2014	AR-OG M-J	16.40-17.30	PS	26.80 41.45
IGERIKETA (B)	5	>2014	AR-OG M-J	18.20-19.10	PS	26.80 41.45
IGERIKETA (B)	5-6	>2014	AR-OG M-J	17.30-18.20	PS	26.80 41.45
IGERIKETA (B)	5-7	>2014	AL-AZ L-X	18.20-19.10	PS	26.80 41.45

Hezkuntza | Idioma (E) Euskera (B) Elebia/Bilingüe Maila | Nivel (1) Oinarrizkoa/Básico (2) Birtartekoa/Intermedio (3) Arreratu/Avanzado Egunak | Días (AL) Astelehena/(L) Lunes (AR) Asteartea/(M) Martes (AZ) Asteazkena/(X) Miércoles (OG) Osteguna/(J) Jueves (OR) Ostirala/(V) Viernes (LR) Larunbata/(S) Sábado (IG) Igandea/(D) Domingo Tokia | Lugar (PT) Kirol anitzeko pista/Pista Polideportiva (PS) Igerilekua / Piscina (P1) Fitness-Kardio Aretoa /Sala Fitness-Cardio (P2) Erabilera anitzeko gela/Sala Multiusos (P4A) Gimnasio/GimnasioA (P4B) GimnasioB/GimnasioB(P4A) GimnasioA/GimnasioA (BT) Betondo

AZTERTU ERABILERA-ARAUDIAN | VER CONDICIONES EN LA NORMATIVA DE USO

PREMIUM TARIFAKO JARDUERAK - IRAILA 2020 ACTIVIDADES TARIFA PREMIUM - SEPTIEMBRE 2020									
Hasi Inicio	Buka Final	Espazioa	ASTELEHENA LUNES	ASTEARTEA MARTES	ASTEAZKENA MIÉRCOLES	OSTEGUNA JUEVES	OSTIRALA VIERNES	LARUNBATA SABADO	IGANDEA DOMINGO
GOIZA MAÑANA									
08.00-21.30	F	FITNESS	FITNESS	FITNESS	FITNESS	FITNESS			
08.10-09.00	IG		AQUAGYM		AQUAGYM	AQUATONIC			
08.30-09.25	F		CICLO EUSKERA		CICLO EUSKERA				
08.30-09.25	4S - A	CIRCUIT EXPRESS		CIRCUIT EXPRESS					
09.00-09.55	2S	HIPO-YOGA		HIPO-YOGA					
09.00-13.00	F						FITNESS		
09.30-10.25	F					CICLO INDOOR			
09.30-10.25	P4 - A	AEROBIC	GAPC	AEROBIC	GAPC	AEROBIC			
09.30-10.25	4S - B		PILATES		PILATES				
10.00-10.55	F						CICLO INDOOR		
10.00-10.55	2S	YOGA		YOGA					
10.00-10.55	4S - B	STRETCHING		STRETCHING					
10.30-11.25	F	CICLO INDOOR		CICLO INDOOR					
10.30-11.25	2S		HIPO-YOGA		HIPO-YOGA				
10.30-11.25	4S - A		DANTZAK 0		DANTZAK 0	CIRCUIT EXPRESS			
11.00-11.55	F								CICLO INDOOR
11.00-11.55	2S					HIPO-YOGA			
11.00-11.55	4S - A	BODY POWER		BODY POWER					
11.00-11.55	4S - B	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES				
12.00-12.55	4S - B	PILATES		PILATES					
EGUERDIA MEDIODÍA									
13.45-14.40	4S - A		CIRCUIT EXPRESS		CIRCUIT EXPRESS				
13.45-14.40	4S - B		PILATES		PILATES				
14.00-14.55	4S - A	BODY POWER		BODY POWER					
14.45-15.40	F	CICLO EUSKERA	CICLO INDOOR	CICLO EUSKERA	CICLO INDOOR				
15.00-15.55	4S - B	PILATES		PILATES					
ARRATSALDEA TARDE									
15.30-16.25	2S		HIPOPRESIBOAK		HIPOPRESIBOAK				
16.30-17.25	2S	HIPOPRESIBOAK		HIPOPRESIBOAK					
16.30-17.25	4S - A	ZOOMBA		ZOOMBA					
16.30-17.25	4S - B		STRETCHING		STRETCHING				
17.30-18.25	4S - A	TOTAL CORE	LATIN DANCE 0-1	TOTAL CORE	LATIN DANCE 0-1				
17.30-18.25	4S - B	PILATES		PILATES					
18.00-18.55	F	CICLO INDOOR	CICLO EUSKERA	CICLO INDOOR	CICLO EUSKERA	CICLO EUSKERA			
18.00-18.55	4S - B		PILATES		PILATES				
18.30-19.25	4S - A	ZOOMBA	BODY POWER	ZOOMBA	BODY POWER				
18.30-19.25	4S - B	PILATES		PILATES					
19.00-19.55	F	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR	CICLO INDOOR				
19.00-19.55	4S - B		STRETCHING		STRETCHING				
19.30-20.25	4S - A	BODY POWER	GAPC	BODY POWER	GAPC				
19.30-20.25	4S - B	HIPOPRESIBOAK		HIPOPRESIBOAK					
20.00-20.55	F	CICLO INDOOR	CICLO EUSKERA	CICLO INDOOR	CICLO EUSKERA				
20.00-20.55	2S	YOGA		YOGA					
20.00-20.55	4S - B		PILATES		PILATES				
20.30-21.25	4S - A		BODY POWER		BODY POWER				

ESPASIOAK / ESPACIOS
IG IGERILEKUA / PISCINA
K CANCHA
F FITNESS
2S 2 SOLAIRUA / SALA MULTIUSOS
4S-A 4. SOLAIRUA A / PLANTA 4 - SALA A
4S-B 4. SOLAIRUA B / PLANTA 4 - SALA B