

Cursos trimestrales de actividades acuáticas.

	1 día / semana	2 días / semana		1 día / semana	2 días / semana
Chupetines 12-24	40,50 €		Adultos (Inici-Interm-Perfec)	48,00 €	75,00 €
Chupetines 24-36	40,50 €	75,00 €	Gent gran		45,00 €
Delfines 3-5 años	40,50 €	75,00 €	Fitness	48,00 €	75,00 €
Niños 6-12 años	30,00 €	51,00 €	Aquasalus		75,00 €
Esport jove 13-16 años	36,00 €	57,00 €	Futuras mamás		75,00 €

Cursos mensuales de actividades dirigidas.

Reserva de plaza en día y horario fijo





	1 día / semana	2 días / semana	3 días / semana	
Aeróbic y similares	10,00 €/mes	19,00 €/mes	27,00 €/mes	 En actividades acuáticas (A partir de 2 sesiones semanales)
Pilates	12,00 €/mes	22,00 €/mes	32,00 €/mes	
Ciclo indoor	13,00 €/mes	24,00 €/mes	35,00 €/mes	

Entradas

	1 sesión	Bono 10 entradas
Entrada piscina Acceso libre a piscina e hidromasaje	3,00 €	25,50 €
Entrada básica Clase de actividad dirigida* Acceso libre a salas de fuerza y cardio.	5,00 €	42,50 €
Entrada general Clase de actividad dirigida* Acceso libre a salas de fuerza y cardio. Acceso libre a piscina e hidromasaje	7,00 €	59,50 €

La edad mínima para acceder a las actividades en seco es de 14 años.
Bonos de 10 entradas básicas y general tendrán carácter personal e intransferible (caducidad 6 meses).
* 1 clase/entrada de actividad dirigida que deberá de ser con reserva previa y sujeta a disponibilidad.

Abonos

	Individual	Familiar	+ 1 usuario	
Básico -Acceso libre a salas de fuerza y cardio -Acceso a baño libre e hidromasaje	22,00 €/mes (Matrícula 25 €)	34,00 €/mes (Matrícula 40 €)	+ 4,60 €/mes	 En actividades acuáticas  En actividades dirigidas
Plus -Acceso libre a salas de fuerza y cardio -Acceso a baño libre e hidromasaje -Acceso libre a actividades dirigidas *	36,00 €/mes (Matrícula 35 €)	54,00 €/mes (Matrícula 55 €)	+ 7,00 €/mes	 En actividades acuáticas
Plus mañanas Abono plus con horario de mañanas Lunes a viernes de 8:00 a 15:00 Sábado de 8:00 a 14:00	22,00 €/mes (Matrícula 22 €)			 En actividades acuáticas de mañanas


Los abonos tendrán carácter personal e intransferible.
La edad máxima es de 25 años para terceros y posteriores miembros usuarios de un bono familiar.
La edad mínima para acceder a las actividades en seco es de 14 años.

Matricula gratuita hasta el 1 de Septiembre del 2013.
Descuentos No acumulables entre sí.
*La clase de actividad dirigida deberá de ser con reserva previa y sujeta a disponibilidad.

Alquiler de pistas instalaciones deportivas municipales

	Sin Luz	Con Luz
Campos de fútbol municipales		
Futbol 11	20,00 €/30'	30,00 €/30'
Futbol 7	10,00 €/30'	15,00 €/30'
Pabellón municipal		
Pista transversal		6,00 €/30'
Pista completa		12,50 €/30'
Salas polivalentes		6,00 €/30'
Polideportivo municipal		
Pista polideportiva cubierta		10,00 €/30'
Pista polideportiva descubierta	5,00 €/30'	6,00 €/30'
Pista frontón cubierta		3,00 €/30'
Tatami		6,00 €/30'
Pista tenis	1,00 €/30'	2,50 €/30'
Pista padel	4,00 €/30'	5,00 €/30'
Trinquete municipal		
Pista trinquete	1,50 €/30'	2,50 €/30'

Descuento por miembros de unidad familiar inscrito en cualquier actividad del complejo

 + 1 usuario
  + 2 usuarios
  + 3 usuarios

Descuentos por acumulación de servicios no serán acumulables entre sí

Tarifas Reducidas



Se aplicará un descuento del 20% sobre el total de la tasa resultante en los siguientes colectivos:

- A) Personas menores de 14 años.
- B) Personas que tengan la condición de desempleados, o aquellos económicamente dependientes de desempleados sin ningún otro ingreso.
- C) Personas que tengan la condición de pensionista y /o jubilado.
- D) Deportistas con licencia federativa oficial por un club de Ribarroja del Turia.
- E) Las personas con discapacidad en grado igual o al superior 33%.
- F) Los abonados al Complejo deportivo LA MALLA, respecto a los alquileres de pistas deportivas.
- G) Descuento con "Carnet Jove" en cualquier actividad.

No se aplicará esta tarifa reducida en aquellas actividades dirigidas especialmente a alguno de estos colectivos.
Descuentos No acumulables entre sí.

Tarjeta de usuario.



El coste de la Tarjeta de usuario será de 3€, esta tarjeta será obligatoria para utilizar en cualquiera de las instalaciones deportivas. Ante pérdida o deterioro el usuario deberá abonar el coste de la misma. Información y tramitación en Complejo Deportivo La Mallá.



Diseño: Siur Comunicación



Matrícula
GRATIS
Hasta el 1/09/2013

Consultar horarios de actividades dirigidas



AERÓBIC

PILATES

CICLO-INDOOR

ACTIVIDADES ACUÁTICAS

Cursos trimestrales de actividades acuáticas.

12/36 meses

CHUPETINES 1 (12-24 meses) 1 día / semana (30')

Martes 16:15-16:45
Jueves 16:15-16:45
Viernes 16:15-16:45

CHUPETINES 2 (24-36 meses) 1 día / semana (30')

Lunes 17:20-17:50
Martes 18:05-18:35
Miércoles 17:20-17:50
Jueves 18:05-18:35
Viernes 17:20-17:50
Sábados 12:45-13:15

2 días / semana (30')

Lunes y miércoles 17:20-17:50
Martes y jueves 18:05-18:35

CHUPETINES

+60 años

FUTURAS MAMÁS

Actividad física de intensidad moderada-baja que busca aprovechar los beneficios del agua para contribuir a mantener un estilo de vida saludable en la mujer embarazada, realizando una práctica física adecuada.

2 días / semana (45')

Martes y jueves 19:00-19:45

18/65 años

AQUASALUS

Programa orientado a la mejora de la calidad de vida de las personas con problemas de espalda y patologías leves a nivel osteomuscular.

2 días / semana (45')

Lunes y miércoles 10:30-11:15
Lunes y miércoles 16:00-16:45
Lunes y miércoles 19:00-19:45*

3/5 años

1 día / semana (45')

Lunes 17:20-18:05
Martes 18:05-18:50
Miércoles 17:20-18:05
Jueves 18:05-18:50
Viernes 17:20-18:05
Viernes 18:05-18:50
Sábado 10:00-10:45
Sábado 10:45-11:30
Sábado 12:00-12:45
Sábado 12:45-13:30

2 días / semana (45')

Lunes y miércoles 17:20-18:05
18:05-18:50
Martes y jueves 17:20-18:05
18:05-18:50

DELFINES

+60 años

GENT GRAN

Dirigida a personas de más de 60 años cuyo objetivo es mantener una forma física saludable y que contribuya a una buena calidad de vida.

2 días / semana (45')

Lunes y miércoles 11:15-12:00*
Lunes y miércoles 16:00-16:45*
Martes y jueves 11:15-12:00

16/65 años

FITNESS ACUÁTICO

Actividad acuática de intensidad moderada-alta desarrollada tanto en piscina profunda como no profunda, con elementos de flotación y carga, para la realización de ejercicios aeróbicos, de fuerza y de resistencia muscular. Dirigida a personas con una buena condición física. Es requisito previo haber superado el nivel 1 de natación: flotación, respiración y propulsión básica que permita la autonomía en piscina profunda.

1 día / semana (45')

Viernes 15:30-16:15*

2 días / semana (45')

Lunes y miércoles 15:15-16:00*
Lunes y miércoles 19:45-20:30*
Martes y jueves 10:30-11:15*
Martes y jueves 20:30-21:15*

6/13 años

1 día / semana (45')

Lunes 17:20-18:05
Martes 18:05-18:50*
Miércoles 17:20-18:05
Jueves 18:05-18:50*
Viernes 17:20-18:05
Viernes 18:05-18:50
Viernes 19:00-19:45*
Sábado 10:00-10:45
Sábado 10:45-11:30
Sábado 12:00-12:45

2 días / semana (45')

Lunes y miércoles 17:20-18:05
18:05-18:50*
Martes y jueves 17:20-18:05
18:05-18:50*

NIÑOS

14/16 años

SPORTJOVE

Actividad dirigida a jóvenes de entre 14 y 16 años que busquen una mejora de la condición y cualidades físicas, trabajando y perfeccionando los estilos de nado, así como de las distintas habilidades acuáticas.

1 día / semana (45')

Lunes 18:05-18:50*
Miércoles 18:05-18:50*
Viernes 19:00-19:45*

2 días / semana (45')

Lunes y miércoles 18:05-18:50*

-30%

30 % DTO. por la contratación del segundo curso de 2 días de actividades acuáticas*

* Descuentos no acumulables entre sí
* Descuento sobre el curso de menor importe.

14/65 años

ADULTOS INICIACIÓN (45')

Viernes 15:15-16:00*

2 días / semana

Lunes y miércoles 9:45 - 10:30
Lunes y miércoles 19:00 - 19:45*
Martes y jueves 9:00 - 9:45
Martes y jueves 9:45 - 10:30
Martes y jueves 16:15 - 17:00
Martes y jueves 19:00 - 19:45*
Martes y jueves 19:45 - 20:30

ADULTOS INTERMEDIO (45')

Viernes 15:15 - 16:00
Viernes 19:45 - 20:30

2 días / semana

Lunes y miércoles 9:45 - 10:30
Lunes y miércoles 15:15 - 16:00
Lunes y miércoles 19:00 - 19:45
Lunes y miércoles 19:45 - 20:30
Lunes y miércoles 20:30 - 21:15
Martes y jueves 9:00 - 9:45
Martes y jueves 9:45 - 10:30
Martes y jueves 15:30 - 16:15
Martes y jueves 16:15 - 17:00
Martes y jueves 19:45 - 20:30
Martes y jueves 20:30 - 21:15

ADULTOS - PERFECCIONAMIENTO (45')

Viernes 19:45 - 20:30

2 días / semana

Lunes y miércoles 15:15 - 16:00
Lunes y miércoles 19:45 - 20:30
Lunes y miércoles 20:30 - 21:15
Martes y jueves 9:45 - 10:30
Martes y jueves 15:30 - 16:15
Martes y jueves 16:15 - 17:00
Martes y jueves 20:30 - 21:15

NATACIÓN ADULTOS

HORARIOS

HORARIO INSTALACIONES DEPORTIVAS

De lunes a viernes, de 8:00 a 22:00 horas.
Sábados de 9:00 a 21:00 horas.
Domingos de 9:00 a 14:00 horas.

ATENCIÓN AL PÚBLICO

De lunes a viernes de 10:00 a 14:00 horas y de 16:00 a 20:00 horas.
Sábados, de 10:00 a 13:00 horas.
T: 96 277 22 11
deportes@ribarroja.es

HORARIO BAÑO LIBRE:

De octubre a junio:
De lunes a viernes, de 8:00 a 17:15 y de 19:00 a 22:00 horas.
Sábados de 9:00 a 20:00 horas.
Domingos de 9:00 a 14:00 horas.

PERIODICIDAD DE LOS CURSOS DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS:

1 día por semana/ 2 días por semana

Nº DE SESIONES POR ACTIVIDAD:

El número de sesiones podrán variar en función de los días festivos.
No obstante se garantizan los siguientes mínimos:
- Actividades de 2 días a la semana: 20 sesiones.
- Actividades de 1 día a la semana: 10 sesiones.

La organización se reserva la posibilidad de realizar cambios de horario o modificaciones durante la temporada.

UTILIZACIÓN DE LOS VESTUARIOS

1. Únicamente se permite la entrada de un adulto acompañante para los niños menores de 9 años.

2. El resto de niños deberán acceder solos a los vestuarios.

3. Se habilitarán 4 vestuarios: femenino, masculino, mamás con hijos menores y papás con hijas menores. La elección de uno u otro estará en función del sexo del adulto acompañante.

4. Por motivos higiénicos:

A. No se permite la entrada de carros de bebés a los vestuarios. Por ello se habilitará un espacio para poder dejarlos.

B. No se permite la salida a pasillo de pies descalzos con calzado de calle.

C. No se permite comer ni introducir comida a los vestuarios.

5. Sólo se permite entrar a los vestuarios 15 minutos antes del comienzo de la clase y se deberá salir antes de 25 minutos después de terminar el cursillo.

* Es necesario saber nadar