

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 6-13 años	30,00 €	51,00 €	Aquasalus		75,00 €
Esport jove 14-16 años	36,00 €	57,00 €	Futuras mamás		75,00 €
Natación adaptada	40,50 €		Sportmaster		90,00 €

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	 <p>-30% En actividades acuáticas (A partir de 2 sesiones semanales)</p>
Similar aerobico grupo reducido	17,00 €/mes			
Similar aerobico grupo reducido -30'	10,00 €/mes			
Pilates	12,00 €/mes	22,00 €/mes	32,00 €/mes	
Pilates grupo reducido	17,00 €/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 €	<p>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.</p>
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 €	

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 7:00 a 15:00 Sábado de 9:00 a 14:00	25,00 €/mes (Matrícula 26 €)			 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 y al hidromasaje es de 14 años.

Descuentos NO acumulables entre sí.
Cuota de mantenimiento por baja temporal: 20% de la matrícula.
*La clase de actividad dirigida deberá de ser con reserva previa y sujeta a disponibilidad.

Alquiler de pistas de las instalaciones deportivas municipales

Campos de fútbol municipales	Sin Luz	Con Luz
Fútbol 11	20,00 €/30'	30,00 €/30'
Fútbol 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	1,50 €/30'	2,50 €/30'
Pista pádel	4,00 €/30'	5,00 €/30'
Trinquete municipal		
Pista trinquete	1,50 €/30'	2,50 €/30'
Piscina		
Alquiler calle piscina		25 €/60'

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 superior al 33% . F) Los abonados al 'Complejo Deportivo La Mallà', 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.

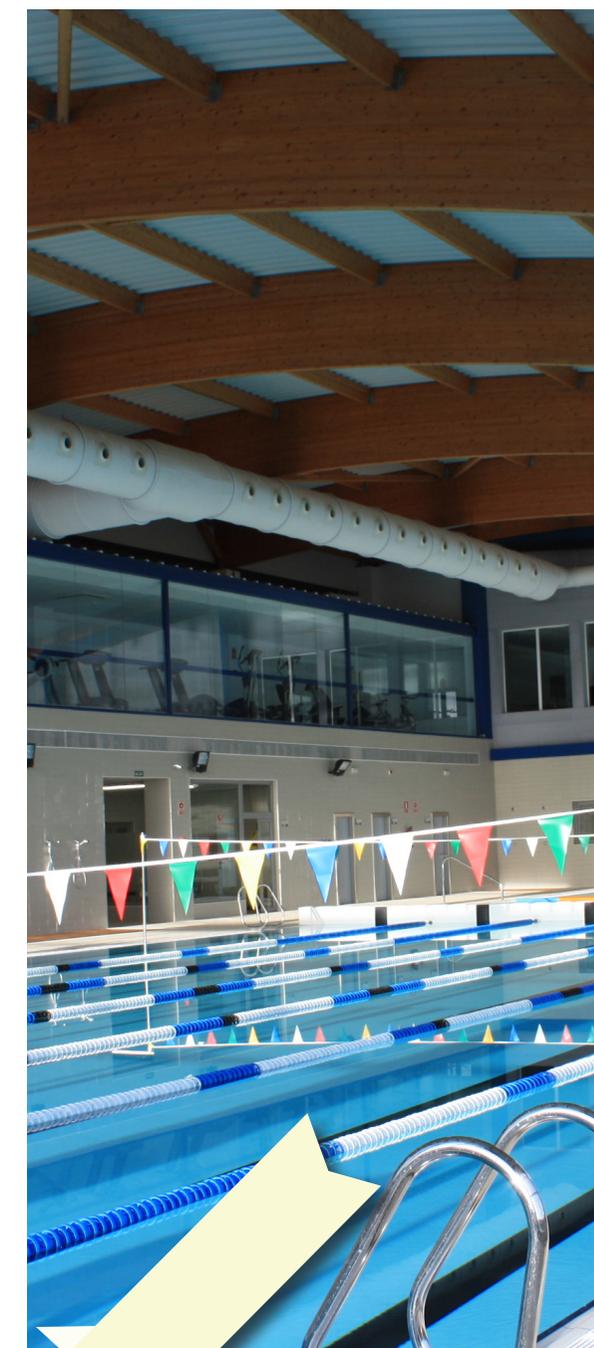
	El coste de la Tarjeta de usuario será de 3€, esta tarjeta será obligatoria para utilizar en cualquiera de las instalaciones deportivas. Ante pérdida o deterioro, el usuario deberá abonar el coste de la misma. Información y tramitación en 'Complejo Deportivo La Mallà'.
---	---

Pago con tarjeta

Todas y cada una de las tarifas reguladas en la ordenanza serán incrementadas en un 1% si el pago de las mismas se realiza a través de la TPV que a tal efecto se disponga en las instalaciones deportivas.



Todo lo indicado en el presente folleto informativo puede estar sujeto a posibles modificaciones en cuanto a actividades, horarios, servicios y precios ofrecidos por parte de la dirección del centro.



Consultar horarios de actividades dirigidas



12/36
meses

Actividad dirigida a niños de 12 a 36 meses siempre acompañados dentro del agua por un adulto. Se busca el desarrollo integral del bebé con actividades psicomotrices en el medio acuático en un entorno lúdico, relajado y recreativo. Material necesario: Gorro, pañal de agua, albornoz y chancas.

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 18:10-18:40
Miércoles 17:20-17:50
Jueves 18:10-18:40
Viernes 17:20-17:50
Sábados 12:45-13:15

CHUPETINES

NATACIÓN
ADAPTADA

Actividad dirigida a jóvenes con diversidad funcional que son autónomos en la entrada y salida de la piscina, en el cambio en vestuarios y que puedan integrarse en un grupo.

1 día / semana (45')

Viernes 19:00-19:45

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')

Lunes y miércoles 19:00-19:45

AQUASALUS
18/65
años

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
Martes y jueves 15:30-16:15
Martes y jueves 19:00-19:45*

3 / 5
años

Actividad dirigida a niños de 3 a 5 años. Buscando la familiarización con el medio acuático, la flotación y desplazamiento sin material, bajo un enfoque lúdico-recreativo.

1 día / semana (45')

Lunes 17:20-18:05
Lunes 18:10-18:55
Martes 17:20-18:05
Martes 18:10-18:55
Miércoles 17:20-18:05
Miércoles 18:10-18:55
Jueves 17:20-18:05
Jueves 18:10-18:55
Viernes 17:20-18:05
Viernes 18:10-18:55
Sábado 10:00-10:45
Sábado 10:45-11:30
Sábado 12:00-12:45
Sábado 12:45-13:30

DELFINES

+60
años

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

GENT
GRAN

16/65
años

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')

Lunes 15:15-16:00 y 19:45-20:30
Martes 10:30-11:15 y 20:30-21:15
Miércoles 15:15-16:00 y 19:45-20:30
Jueves 10:30-11:15 y 20:30-21:15
Viernes 15:30-16:15*

FITNESS
ACUÁTICO

6/13
años

Actividad dirigida a niños de 6 a 13 años. Agrupados en diferente niveles, se trabaja la iniciación, aprendizaje y perfeccionamiento de los estilos de natación así como el de las diferentes habilidades acuáticas en una ambiente lúdico y recreativo.

1 día / semana (45')

Lunes 17:20-18:05
Lunes 18:10-18:55
Martes 17:20-18:05
Martes 18:10-18:55
Miércoles 17:20-18:05
Miércoles 18:10-18:55
Jueves 17:20-18:05
Jueves 18:10-18:55
Viernes 17:20-18:05
Viernes 18:10-18:55
Sábado 10:00-10:45
Sábado 10:45-11:30
Sábado 12:00-12:45

NIÑOS

14/16
años

Actividad dirigida a jóvenes de entre 14 y 16 años, con nivel alto de nado, para trabajar y perfeccionar los estilos, así como las distintas habilidades acuáticas.

1 día / semana (45')

Lunes 19:00-19:45
Martes 19:00-19:45
Miércoles 19:00-19:45
Jueves 19:00-19:45
Viernes 19:00-19:45

SPORTJOVE

Lunes y miércoles, nivel perfeccionamiento.
Martes, jueves y viernes, nivel intermedio-perfeccionamiento.

-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.

*Es necesario saber nadar

14/65
años

Programa dirigido a la enseñanza, mejora y perfeccionamiento de los estilos y las técnicas de nado así como al desarrollo de una buena condición física.

Existen diferentes niveles:

Iniciación-mantenimiento, intermedio y perfeccionamiento-avanzado. Para poder acceder a los grupos de nivel intermedio debe haberse superado el nivel 1: flotación, respiración y propulsión básica que permita la autonomía en desplazamiento de 50 metros crol y espalda.

ADULTOS INICIACIÓN (45')

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 19:45 - 20:30

ADULTOS INTERMEDIO (45')

1 día / semana

Viernes 19:45 - 20:30

2 días / semana

Lunes y miércoles 9:45 - 10:30
Lunes y miércoles 19:00 - 19:45
Lunes y miércoles 19:45 - 20:30
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

ADULTOS - PERFECCIONAMIENTO (45')

2 días / semana

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

SPORTMASTER (60')

2 días / semana

Lunes y miércoles 20:30 - 21:30
Actividad física de intensidad alta

NATACIÓN
ADULTOS



HORARIO INSTALACIONES DEPORTIVAS

De lunes a viernes, de 7:00 a 22:00 horas.
Sábado, de 9:00 a 20:00 horas.
Domingo, 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.
Tel: 96 277 22 11
deportes@ribarroja.es

HORARIO BAÑO LIBRE:

De octubre a junio:
De lunes a viernes, de 7:00 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.

HORARIOS

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

- Por motivos higiénicos:
 - No se permite la entrada de carros de bebés a los vestuarios. Por ello se habilitará un espacio para poder dejarlos.
 - No se permite la salida a pasillo de pies descalzos con calzado de calle.
 - No se permite comer ni introducir comida a los vestuarios.

- 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