

# Cursos de pràctica esportiva

## 2018/2019

ATENCIÓ: Els cursos de pràctica esportiva són excloents, és a dir, es podrà optar només a un d'ells.

Només es podrà matricular a més d'un d'aquests cursos si sobren places.

CURS	DURADA	INICI	HORARI	CONDUÏT PER	LLOC	PREU
Gimnàstica de manteniment (grup A)	55 h	15 d'octubre	Dilluns i dijous de 9.30 a 10.30 h	David Carrillo	Pista del Poliesportiu	General: 63,25 € Socis: 58,20 €
Gimnàstica de manteniment (grup B)		16 d'octubre	Dimarts i divendres de 9.30 a 10.30 h			
Gimnàstica de manteniment (grup C)			Dimarts i divendres de 10.30 a 11.30h			
Gimnàstica de manteniment (grup D)		30 d'octubre	Dimarts i dijous de 17.15 a 18.15 h	Paco Guerrero	Gimnàs del CEIP Sant Sebastià	
Gimnàstica de manteniment (grup E)			Dimarts i dijous de 18.15 a 19.15 h			
Gimnàstica de tonificació (recomanada fins 55 anys)	40 h	22 d'octubre	Dilluns i dimecres de 15.30 a 16.30 h	Sandra Batalla	Poliesportiu Sala polivalent	General: 46 € Socis: 42,30 €
Aeròbic amb graons (Step) I	25h	23 d'octubre	Dimarts i dijous de 20.15 a 21.15 h			General: 28,75 € Socis: 26,45 €
Tai-txi	50 h	15 d'octubre	Dilluns i dijous de 9.15 a 10.15 h	Ricardo Royo	Poliesportiu Sala polivalent	General: 57,50 € Socis: 52,90 €
Pilates Grup A		15 d'octubre	Dilluns i dijous de 10.30 a 11.30 h	Núria Comadran		
Pilates Grup B	30h	17 d'octubre	Dimecres de 10.30 a 11.30h			General: 34,50 € Socis: 31,75 €
Pilates Grup C	50h	19 de novembre	Dilluns i dimecres de 19 a 20h	Maria Joao Gomes	Poliesportiu Sala polivalent	General: 57,50 € Socis: 52,90 €
Zumba Grup A	50 h	23 d'octubre	Dimarts i dijous de 17.45 a 18.45h	Sandra Batalla	Gimnàs del CEIP Foguet	General: 57,50 € Socis: 52,90 €
Zumba Grup B	50 h		Dimarts i dijous de 19.15 a 20.15 h		Poliesportiu: sala polivalent	

CURS	DURADA	INICI	HORARI	CONDUÏT PER	LLOC	PREU
loga (grup A)	50 h	23 d'octubre	Dimarts i divendres de 9,15 a 10,15 h	Alex Brau	Escola d'Arts Marcials & Zen Av. Colom, 29	General: 57,50 € Socis: 52,90 €
loga (grup B)			Dimarts i divendres de 10,15 a 11,15 h			
loga per a la gent gran		6 de novembre	Dimarts i dijous de 17.30 a 18.30 h	Salvador Reverter	Gimnàs del CEIP Assumpció	
loga (grup C)			Dimarts i dijous de 18,30 a 19,30			
loga (grup D)			Dimarts i dijous de 19.30 a 20.30 h			

\*OBSERVACIONS: els membres de l'Associació d'alumnes tenen una bonificació d'un 8% sobre els preus dels cursos.

## CURSOS DE GIMNÀSTICA PER A MAJORS DE 65 ANYS al Centre Municipal de la 3a Edat ORGANITZATS PEL CONSELL MUNICIPAL D'ESPORTS. Més informació 964 45 46 08

### CURSOS 2019 : (Inscripcions a partir del 14 de gener de 2019 )

Com a excepció per al curs de StepII tindran preferència els alumnes de Step I

CURS	DURADA	PERÍODE	HORARI	CONDUÏT PER	LLOC	PREU
Aeròbic amb graons (Step) II	25h	Del 7 de febrer al 16 de maig	Dimarts i dijous de 20.15 a 21.15 h	Sandra Batalla	Poliesportiu: sala polivalent	General: 28,75 € Socis: 26.45 €

**ATENCIÓ:** Per als cursos que requerisquen estoreta caldrà que cada persona es porte la seua.