

PROGRAMA ACTIVIDADES 2022/2023



Roquetas de Mar

ATENCIÓN AL PÚBLICO: L- V 8:00-22:30

www.aytoroquetas.org

piscina.deportes@aytoroquetas.org

Teléfono: 950 34 38 28

ACTIVIDADES, HORARIOS Y PRECIOS:

1) ACTIVIDADES LIBRES:

ACTIVIDAD	HORARIO	PRECIOS
Nado libre	L-V: 7:30-22:30 S: 9:00-13:30 // 17:00-20:30	1 Entrada Piscina o Gimnasio: 3€

Sala Musculación y Cardio	L-V: 7:30-22:30 S: 9:00-13:30 // 17:00-20:30	Bono 10 Usos:20,50€ Caduca 4 meses Bono 30 usos:46€ caduca 8 meses (1 Uso= 1 entrada piscina o una entrada sala musculación y cardio, actividades dirigidas no incluidas)
----------------------------------	---	---

2) ACTIVIDADES ABONADO ORO:

Acceso ilimitado a sala musculación, sala cardio, nado libre y actividades dirigidas incluidas en esta modalidad.

Horarios: de mañana y completo (todo el horario de apertura)

Tipos de usuarios:

- Infantil (de 7 a 15 años)
- Adulto (mayor de 16 años).
- Pensionista (mayor de 65 años o si es menor de esa edad con justificante) descuento de pensionista solo se aplica en horario de mañana.
- Pareja: Acreditarlo mediante libro de familia, certificado de empadronamiento, certificado de pareja de hecho...
- Familiar: cuota para familias, tienen que apuntarse como mínimo 3 miembros de la misma familia que vivan en el mismo domicilio. Hay que presentar certificado de empadronamiento.
- Los menores de 7 años no pagan cuota de Abonado Oro si el padre o la madre son Abonado Oro.

HORA	LUNES Y MIERCOLES				
	PISTA	S3	CICLO	TRX	PISCINA
7:30-8:30				TONIF	
8:30-9:30		YOGA		PILATES	AQUAGYM(08:45)
9:30-10:30	DANCE		CICLO		AQUAGYM (09:30)
10:30-11:30		CARDIOBOX		GAPP	AQFIT (09:30)
11:30-12:30		CORE			
18:30-19:30				PILATES	
19:30-20:30		DANCE	CICLO (TRX	
20:30-21:30		TONIF	CICLO	PILATES	AQUAGYM (20:25)



HORA	MARTES Y JUEVES				
	PISTA	S3	CICLO	TRX	PISCINA
7:30-8:30					AQUAGYM 8:00
8:30-9:30		HIPOP		PILATES	AQUAGYM 8:45
9:30-10:30	GIMN. MTO	YOGA	CICLO		
10:30-11:30		DANCE		TONIF	
18:30-19:30		GAPP		PILATES	
19:30-20:30		DANCE	CICLO	TONIF	
20:30-21:30		CD BOX		YOGA	AQUAGYM 20:25
21:30-22:30		ESTIR			

HORA	VIERNES				
	PISTA	S3	CICLO	TRX	PISCINA
7:30-8:30					
8:30-9:30	HIPO	TONIF(8:00)		PILATES	
9:30-10:30	DANCE	CD BOX	CICLO		AQUAGYM
10:30-11:30		HIPO (11:00)		TRX	
18:30-19:30		DANCE		PILATES	
19:30-20:30		YOGA	CICLO	TRX	

CORE, ESTIRAMIENTOS E HIPOPRESIVOS: 30', PISCINA 45', RESTO 55'

PRECIOS OBONADO ORO:

	PAGO	PRECIO	FAM NUM	DISC +65%	DISC 55 A 64%	DISC 33 A 54%	2º MIEMBRO
ADULTO MAÑANA	MENSUAL	27	13'50	10'80	13'50	16'20	24'30
	TRIMESTRAL	67	33'50	26'80	33'50	40'20	60'30
	ANUAL	270	135	108	135	162	243
ADULTO COMPLETO	MENSUAL	35	17'50	14	17'50	21	31'50
	TRIMESTRAL	88	44	35'20	44	52'80	79'20
	ANUAL	350	175	140	175	210	315
PENSIONISTA	MENSUAL	10'80					
	TRIMESTRAL	26'80					
	ANUAL	108					
PAREJA MAÑANA	MENSUAL	48'50	24'25				
	TRIMESTRAL	120'50	60'25				
	ANUAL	486	243				
PAREJA COMPLETO	MENSUAL	63	31'50				
	TRIMESTRAL	158'50	79'25				
	ANUAL	630	315				

	PAGO	PRECIO	FAM NUM	DISC +65%	DISC 55 A 64%	DISC 33 A 54%	2º MIEMBRO
INFANTIL MAÑANA	MENSUAL	18'50	9'25	7'40	9'25	11'10	16'65
	TRIMESTRAL	46'50	23'25	18'60	23'25	27'90	41'85
	ANUAL	189	94'50	75'60	94'50	113'40	170'10
INFANTIL COMPLETO	MENSUAL	24'50	12'25	9'80	12'25	14'70	22'05
	TRIMESTRAL	61'50	30'75	24'60	30'75	36'90	55'35
	ANUAL	245	122'50	98	122'50	147	220'5
FAMILIAR (PRECIO POR MIEMBRO) MAÑANA	MENSUAL	17'50	8'75				
	TRIMESTRAL	43'50	21'75				
	ANUAL	175'50	87'75				
FAMILIAR (PRECIO POR MIEMBRO) COMPLETO	MENSUAL	22'50	11'25				
	TRIMESTRAL	57	28'50				
	ANUAL	227'50	113'75				

CURSOS NATACION:

ACTIVIDAD	EDAD ORIENTATIVA	NIVEL	DIAS	HORARIO
NATACION NIÑOS	3-5 AÑOS	INICIACIÓN I PISCINA PEQUEÑA	LX MJ V	16:15//17:05//17:55//18:45
	4-6 AÑOS	INICIACIÓN I PISCINA GRANDE Calle bordillo	LX MJ V	16:15//17:05//17:55//18:45
	5-7 AÑOS	INICIACIÓN II PISCINA GRANDE Calle bordillo	LX MJ V	16:15//17:05//17:55//18:45
	6-14 AÑOS	DESARROLLO PISCINA GRANDE	LX MJ V	16:15//17:05//17:55//18:45
	8-14 AÑOS	PERFECCIONAMIENTO PISCINA GRANDE	LX MJ V	16:15//17:05 16:15 16:15//17:05
NATACION BEBE	8 MESES - 2 AÑOS	PISCINA PEQUEÑA CON ACOMPAÑANTE	LX MJ V	11:00//17:55//18:45 17:55//18:45 17:55//18:45

NATACIÓN EMBARAZADAS		PISCINA GRANDE	LX MJ	19:35 11:00
NATACIÓN ADULTOS	16-64AÑOS	INICIACIÓN PISCINA PEQUEÑA	LX	19:35
		INICIACIÓN PISCINA GRANDE	LX	9:30//19:35
		DESARROLLO PISCINA GRANDE	LX MJ V	10:15//18:45//20:25 11:00//17:55//20:25 17:55
NATACIÓN MAYORES	65 AÑOS EN ADELANTE	INICIACIÓN PISCINA PEQUEÑA	MJ	9:30
		DESARROLLO PISCINA GRANDE	MJ	9:30
ESCUELA DE ESPALDA	NIÑOS: 8-14AÑOS	PISCINA GRANDE	LX MJ	17:55 17:05
	ADULTOS: 15 AÑOS EN ADELANTE		ADULTO PISCINA PEQUEÑA	MJ
		ADULTO PISCINA GRANDE	LX MJ V	11:00//19:35 10:15//18:45//19:45 18:45

PRECIOS CURSOS NATACION:

BEBES ADULTOS Y MAYORES	TURNO DE MAÑANA	2 DÍA/SEMANA	26€/MES	52€/MESES	78€/TRIMESTRE
	TURNO DE TARDE	1 DÍA/SEMANA	19,50€/MES	35€/ 2MESES	50,50€/TRIMESTRE
		2 DÍA/SEMANA	30,50€/MES	57€/MESES	83,50€/TRIMESTRE
NIÑOS	TURNO DE TARDE	1 DÍA/SEMANA			38,50€/TRIMESTRE
		2 DÍA/SEMANA			66€/TRIMESTRE

DESCUENTOS PARA DISCAPACITADOS (HASTA 60%, SEGÚN DISCAPACIDAD), PENSIONISTAS (60%) Y FAMILIAS NUMEROSAS (50%) EN ACTIVIDADES CONCRETAS

3) ACTIVIDADES DE SALUD:

Grupos cerrados con plazas limitadas orientados a la mejora de la salud, no incluidos en la cuota de Abonado Oro.

ACTIVIDAD	DIAS	HORARIO	PRECIO
PILATES SALUD	L-X	9:30	Mes 18€ Trimestre 48€
PILATES SALUD	M-J	9:30	Mes 18€ Trimestre 48€
AQUA SALUD	L-X	10:15	Mes 26€ Trimestre 78€
AQUA SALUD	M-J	10:15	Mes 26€ Trimestre 78€
AQUA PILATES	M-J	11:00	Mes 26€ Trimestre 78€
POSTPARTO CON BBS	M-J	11:30	Mes 26€ Trimestre 78€

DESCUENTOS PARA DISCAPACITADOS (HASTA 60%, SEGÚN DISCAPACIDAD), PENSIONISTAS (60%) Y FAMILIAS NUMEROSAS (50%) EN ACTIVIDADES CONCRETAS.

4) USO DE ESPACIOS:

ESPACIO	TARIFA
PISTA PADEL	8€/h sin luz (12€ /1,5h sin luz) 12€/h con luz (18€/1,5h con luz)
PISTA PABELLON CUBIERTO	1 PISTA: 18€/h sin luz y 27€/h con luz 2 PISTAS: 30€/h sin luz y 45€/h con luz PISTA COMPLETA: 36€/h sin luz y 54€/h con luz

COMO INSCRIBIRSE:

- **Cursos de Natación y Actividades de Salud:** consultar plazas disponibles, se puede reservar la plaza por un periodo de dos días. Para confirmarla presentar: Hoja de inscripción, fotocopia DNI o libro de familia (en caso de ser menor de 14 años), foto reciente tamaño carnet y realizar el pago con tarjeta en recepción.
- **Abonado oro y Bonos de Usos:** no es necesario reservar plaza; presentar hoja de inscripción, fotocopia DNI, foto y realizar el pago con tarjeta en recepción. Sólo para actividades libres.
- **Descuentos:** Pueden tener derecho a descuento los Discapacitados, Pensionistas y Familias Numerosas.
- **Devoluciones:** No se devolverán cuotas correspondientes a cursos de natación y actividades de Salud ya comenzados, estas devoluciones deben solicitarse al menos una semana antes del comienzo del curso. Las devoluciones se solicitan en registro del Ayuntamiento de Roquetas de Mar, presentando: solicitud, fotocopia de la inscripción, certificado del banco con el número de cuenta y copia del resguardo de pago. No se devolverán importes de Bonos de Usos ya comenzados

INSTALACIONES:

- PISCINA CUBIERTA CLIMATIZADA CON VASO DE APRENDIZAJE Y VASO DE NATACION DE 25m. CON GRADERIO.
- SALA DE FITNESS Y SALA DE CARDIO.
- PABELLON CUBIERTO CON GRADERIO.
- 3 SALAS ACTIVIDADES DIRIGIDAS, ENTRE ELLAS, SALA CICLO INDOOR Y SALA TRX.
- 3 PISTAS PADEL
- AULA
- PARKING PROPIO
- USO DE TAQUILLAS GRATUITO MEDIANTE CANDADO QUE DEBERA APORTAR Y RETIRAR EL USUARIO AL FINALIZAR LA ACTIVIDAD.



NORMATIVA

- **Es obligatorio mostrar documento que identifique a la persona a la entrada, o cuando le sea solicitado por el personal.**

- Es obligatorio seguir las indicaciones del personal de la instalación.
- Está prohibido acceder a las zonas deportivas con ropa o calzado de calle, en cualquier caso, se deberá usar traje de baño y chanclas con suelas limpias (nunca las mismas que se usan en la calle) para la zona de piscina y sus vestuarios.
- Queda prohibido el paso de los acompañantes a las zonas deportivas o de gradas salvo en los días especificados para ello.
- No se permitirán actividades peligrosas ni que molesten a otros usuarios.
- Está prohibido fumar o comer en las zonas deportivas y de vestuarios, arrojar desperdicios o basuras al suelo o al agua; hay que utilizar las papeleras. Está prohibido introducir recipientes de vidrio o material cortante.
- Se prohíbe el paso de animales con excepción de los perros guías utilizados por personas con disfunciones visuales.
- En la piscina, es obligatorio el uso de gorro de baño, así como la ducha antes del baño.
- En las salas de actividades, sala de musculación y cardio es obligatorio el uso de toalla.
- Está prohibido utilizar, manipular, mover o cambiar de sitio el material deportivo sin la supervisión del monitor, una vez utilizado deberá devolverse a su sitio.
- Está prohibido manipular el mobiliario, ventanas, equipos de sonido o TV.
- Los menores de 14 años deberán estar acompañados por un adulto (mayor de 18 años) para acceder al nado libre.
- Los menores de 16 años no podrán acceder a la sala de musculación, cardio y actividades dirigidas, salvo las específicas para estas edades.
- Cualquier persona que no cumpla la normativa de uso podrá ser expulsada de la instalación, no pudiendo volver a utilizarla hasta la resolución del expediente correspondiente.



Centro Deportivo Urbano
Juan González Fernández

