

ACTIVIDADES DEPORTIVAS PEDREZUELA 2022/2023



Ayuntamiento
de Pedrezuela



ÍNDICE

PRESENTACIÓN	3	EQUIPACIÓN ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES INFANTILES	28
ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES	4	ACTIVIDADES ADULTOS	29
ESCUELAS INFANTILES	6	GIMNASIA TERAPÉUTICA	31
BALONCESTO	8	GIMNASIA DE MANTENIMIENTO	32
PATINAJE	9	GIMNASIA PARA MAYORES	33
TÉNIS	10	TENIS	34
PÁDEL	11	PÁDEL	35
FÚTBOL SALA	12	TENIS DE MESA	36
ATLETISMO	13	DANZA	37
TENIS DE MESA	14	HIPOPRESIVOS	38
BÁDMINTON	15	INSCRIPCIONES	39
JUDO	16	CONTACTOS	40
TAEKWONDO	17	ESPACIOS DEPORTIVOS	41
GIMNASIA RÍTMICA	18		
GIMNASIA RÍTMICA COMPETICIÓN	19		
HABILIDADES GIMNÁSTICAS	20		
DANZA	21		
ZUMBA KIDS	22		
PREDEPORTE	23		
BIKE	24		
BOXEO	25		
KIDFIT	26		
VOLEIBOL	27		

PRESENTACIÓN



Estimados(as) vecinos(as):

Es un placer para este Ayuntamiento poder presentaros la oferta de actividades deportivas programadas para la temporada 2022/23. Una temporada que debe ser la que nos permita recuperar la normalidad completa en nuestro día a día y, como no, en nuestras Escuelas Deportivas Municipales.

Nuestros objetivos prioritarios son facilitar la práctica deportiva a todos(as) los(as) vecinos(as), fomentar hábitos de vida saludable y contribuir al bienestar general de nuestra población. Con este programa de actividades ofertamos 800 plazas en 25 disciplinas diferentes, e intentamos cubrir las demandas y expectativas de los(as) vecinos(as), llegando a todos los segmentos de la población y haciendo de esta una oferta abierta y accesible para todo el mundo.

Hemos procurado potenciar aquellas disciplinas que tienen más interés y añadimos otras nuevas que nos han solicitado algunos(as) vecinos(as) y colectivos.

Esta variada oferta deportiva unida, como no puede ser de otro modo, al tejido deportivo que ofrecen nuestros clubes, ayudan a promocionar la actividad física como herramienta para luchar contra la obesidad y el sedentarismo, grandes amenazas de nuestra sociedad, y a conseguir un envejecimiento activo y saludable, algo de suma importancia con la esperanza de vida tan elevada que afortunadamente disfrutamos en nuestro país.

¡Haz deporte, haz salud!

David Pozuelo
Director de Deportes
Ayuntamiento de Pedrezuela

ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES



Las Escuelas Deportivas municipales están enfocadas para que el mayor número de vecinos de Pedrezuela puedan tener acceso a una actividad deportiva de calidad que les permita llevar a cabo el desarrollo o mantenimiento de sus capacidades físicas y favorezca, de ese modo, la creación de hábitos saludables en su día a día y una mejora de su calidad de vida.

La temporada deportiva abarca desde el 15 de septiembre hasta el 15 de junio. Se sigue el calendario lectivo escolar en cuanto a los periodos vacacionales de Navidad y Semana Santa.

ESCUELAS INFANTILES

Las Escuelas Infantiles están destinadas a todos los niños y niñas nacidos entre 2019 y 2006.

¿QUÉ BUSCAMOS?

Las escuelas tienen como principal objetivo la formación físico-deportiva, así como la creación de un hábito lúdico deportivo al alcance de cualquier niño(a), donde todos tengan cabida. Serán el lugar en el cual, a través del ocio y el esparcimiento, se complete la formación del niño(a).

- ★ **Fomento de la actividad deportiva:** el deporte crea un hábito que resulta beneficioso para la persona tanto para su salud como a nivel psicológico y que entra a formar parte de su vida diaria, ayudando en su desarrollo.
- ★ **Educativo:** el aprendizaje de un deporte le ayudará a adquirir un buen desarrollo dentro de su formación general, adquiriendo conocimientos básicos de salud y de comportamiento a la vez que aprende a relacionarse con personas de su misma edad y a entender el espíritu deportivo y competitivo.
- ★ **Recreativo:** gracias al aspecto lúdico que comprende el aprendizaje de la práctica deportiva, el alumno(a) no sólo aprende sino que a la vez se divierte, algo imprescindible en su formación.

INFORMES TRIMESTRALES

Al finalizar cada trimestre los alumnos que así lo soliciten recibirán un informe sobre su progreso en la actividad.

¿QUÉ OFRECEMOS?

Gran variedad deportiva. Desde el área de Deportes tratamos de ofrecer una variedad de posibilidades para que todos los niños y niñas puedan encontrar la actividad adecuada a sus necesidades. La oferta se resume con las siguientes propuestas:

- Atletismo
- Bádminton
- Baloncesto
- Boxeo
- Judo
- Taekwondo
- Habilidades gimnásticas
- Predeporte
- Gimnasia rítmica
- Escuela de Danza
- Fútbol sala
- Bike
- Patinaje
- Zumba Kids
- Kidfit
- Tenis
- Pádel
- Tenis de mesa
- Voleibol

SERVICIO DE RECOGIDA

El área de Deportes ofrece servicio de recogida a las 16,00 horas en los colegios San Miguel y Santa Ana a aquellos alumnos de escuelas deportivas, cuyos padres lo necesiten por conciliación laboral y que estén inscritos a actividades que se inicien a las 16,15 horas en el polideportivo municipal, polideportivo del colegio Santa Ana y en el centro de danza. Todos los interesados deberán presentar el documento que justifique la necesidad de conciliación laboral, junto con el documento pertinente y comunicarlo al centro escolar correspondiente por las vías oficiales de cada centro.

ESCUELAS INFANTILES

PRECIOS

RESERVA/MATRÍCULA	12,00 €
EMISIÓN/REPOSICIÓN CARNÉ USUARIO	5,00 €

INICIACIÓN DEPORTIVA

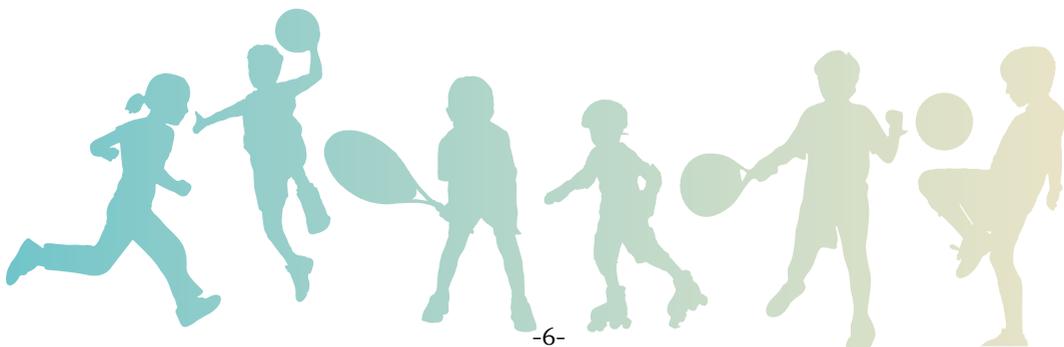
1 DÍA/SEMANA	2 DÍAS/SEMANA	PRECIO TRIMESTRAL
32,00 €	49,50 €	PRECIO PEDREZUELA ACTIVA
42,88 €	66,33 €	PRECIO PÚBLICO
1 DÍA/SEMANA	2 DÍAS/SEMANA	PRECIO ANUAL
81,60 €	126,23 €	PRECIO PEDREZUELA ACTIVA
109,34 €	169,14 €	PRECIO PÚBLICO

INICIACIÓN DEPORTIVA (clases de 45 minutos)

1 DÍA/SEMANA	2 DÍAS/SEMANA	PRECIO TRIMESTRAL
30,00 €	40,00 €	PRECIO PEDREZUELA ACTIVA
40,20 €	53,60 €	PRECIO PÚBLICO
1 DÍA/SEMANA	2 DÍAS/SEMANA	PRECIO ANUAL
76,50 €	102,00 €	PRECIO PEDREZUELA ACTIVA
102,51 €	136,68 €	PRECIO PÚBLICO

TENIS Y/O PÁDEL (máximo 6 alumnos/clase)

1 DÍA/SEMANA	2 DÍAS/SEMANA	PRECIO TRIMESTRAL
40,00 €	70,00 €	PRECIO PEDREZUELA ACTIVA
53,60 €	178,50 €	PRECIO PÚBLICO
1 DÍA/SEMANA	2 DÍAS/SEMANA	PRECIO ANUAL
102,00 €	93,80 €	PRECIO PEDREZUELA ACTIVA
136,68 €	239,19 €	PRECIO PÚBLICO



ESCUELAS INFANTILES

PRECIOS

ESCUELAS DEPORTIVAS / CARACTERÍSTICAS ESPECIALES

1 DÍA/SEMANA	2 DÍAS/SEMANA	PRECIO TRIMESTRAL
38,00 €	66,00 €	PRECIO PEDREZUELA ACTIVA
50,92 €	88,44 €	PRECIO PÚBLICO
1 DÍA/SEMANA	2 DÍAS/SEMANA	PRECIO ANUAL
96,90 €	168,30 €	PRECIO PEDREZUELA ACTIVA
129,84 €	225,42 €	PRECIO PÚBLICO

ESCUELAS DEPORTIVAS COMPETICIÓN (3 horas/semana y/o competición)

PRECIO TRIMESTRAL	PRECIO ANUAL	
72,00 €	183,60 €	PRECIO PEDREZUELA ACTIVA
96,48 €	246,02 €	PRECIO PÚBLICO

SUPLEMENTO + 1 HORA/SEMANA

PRECIO TRIMESTRAL	PRECIO ANUAL	
20,00 €	51,00 €	TENIS Y/O PÁDEL
16,50 €	42,07 €	INICIACIÓN DEPORTIVA



ESCUELA DE BALONCESTO

ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2018 a 2014	16,30-17,15 h	M-J	PABELLÓN
2015 a 2012	17,30-18,30 h	M-J	PABELLÓN
2011 +	18,30-19,30 h	M-J	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

Deporte colectivo que aporta numerosos beneficios físicos como coordinación, agilidad, resistencia, etc. Además, el baloncesto cuida y protege el sistema cardiovascular y ayuda a la interiorización de valores como el compañerismo y el trabajo en equipo.

Actividad impartida por monitores del Club Baloncesto San Agustín.



ESCUELA DE PATINAJE

ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2018 A 2015	16,15-17,15 h	L	PABELLÓN
2014 +	16,15-17,15 h	X-V	PABELLÓN
PRECOMP	17,15-18,15 h	X-V	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

El patinaje es una actividad recreativa al mismo tiempo que un deporte que ayuda a desarrollar el equilibrio y mantener la armonía corporal a través de sus movimientos y ejercicios. El objetivo de las clases de patinaje es que los pequeños aprendan habilidades básicas del desplazamiento y destreza para cambiar de dirección, patinar con obstáculos (slalom) y aprender algunas posturas básicas del patinaje artístico.

Actividad impartida por monitores del Club de Patinaje Pedrezuela.



ESCUELA DE TENIS

ESCUELAS INFANTILES

INICIACIÓN AL TENIS

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2018 a 2015	16,15-17,00 h	M-J	PISTAS
2014 a 2009	16,15-17,00 h	L-X	PISTAS

TENIS

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2013 a 2008	17,15-18,15 h	L-X	PISTAS
2013 a 2008	17,15-18,15 h	M-J	PISTAS
2007 +	18,15-19,15 h	L-X-V	PISTAS
2007 +	18,15-19,15 h	M-J	PISTAS
2010 a 2008	9,45-10,45 h	S	PISTAS
2015 a 2011	10,45-11,45 h	S	PISTAS
2010 +	11,45-12,45 h	S	PISTAS
2016 a 2012	16,15-17,00 h	V	PISTAS
2011 +	17,15-18,15 h	V	PISTAS

DESCRIPCIÓN

Este deporte, a nivel físico, ayuda a mejorar su coordinación motriz, fortalece su musculatura y ayuda a mantener una correcta postura corporal. Además, ganará en velocidad, agilidad, flexibilidad e incluso aumentará su capacidad pulmonar.

A nivel psicológico, se ha demostrado que jugar al tenis mejora la sociabilidad de los niños, les inculca disciplina, responsabilidad y valores para el deporte y la vida. Además, ayuda a fomentar las capacidades, indispensables, de competitividad y espíritu de superación.

Es obligatorio realizar una prueba de nivel previa para aquellos grupos que no sean de iniciación. Consultad en el Pabellón.



ESCUELA DE PÁDEL

ESCUELAS INFANTILES

INICIACIÓN AL PÁDEL

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2018 a 2015	16,15-17,00 h	M-J	PISTAS
2014 a 2009	16,15-17,00 h	L-X	PISTAS

PÁDEL

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2013 a 2008	17,15-18,15 h	L-X	PISTAS
2013 a 2008	17,15-18,15 h	M-J	PISTAS
2007 +	18,15-19,15 h	L-V	PISTAS
2016 a 2012	16,15-17,00 h	V	PISTAS
2011 +	17,15-18,15 h	V	PISTAS
INICIACIÓN	9,45-10,45 h	S	PISTAS
INICIACIÓN	10,45-11,45 h	S	PISTAS

DESCRIPCIÓN

Este deporte, a nivel físico, ayuda a mejorar su coordinación motriz, fortalece su musculatura y ayuda a mantener una correcta postura corporal. Además, ganará en velocidad, agilidad, flexibilidad e incluso aumentará su capacidad pulmonar.

A nivel psicológico, se ha demostrado que jugar al pádel mejora la sociabilidad de los niños, les inculca disciplina, responsabilidad y valores para el deporte y la vida. Además, ayuda a fomentar las capacidades, indispensables, de competitividad y espíritu de superación.

Es obligatorio realizar una prueba de nivel previa para aquellos grupos que no sean de iniciación. Consultad en el Pabellón.



ESCUELA DE FÚTBOL SALA

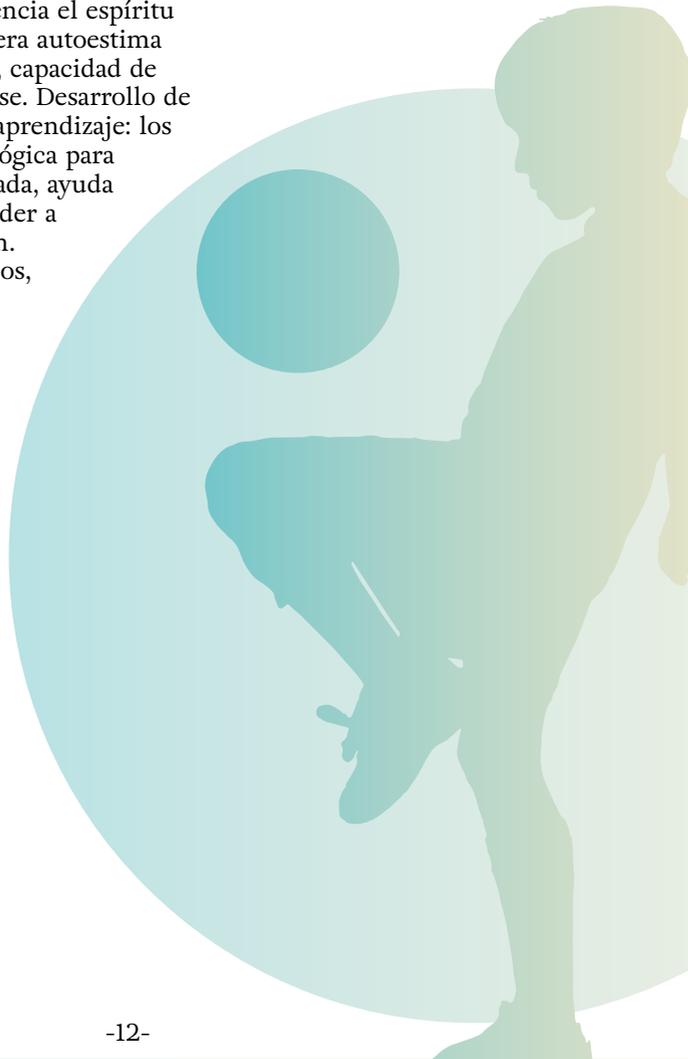
ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2019 a 2017	16,30-17,15 h	L-X	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

El fútbol no sólo es un deporte de masas sin más, es una actividad que aporta beneficios para la salud y el desarrollo emocional de los niños que lo practican. El fútbol potencia el espíritu de superación y sacrificio, genera autoestima en el niño, le aporta disciplina, capacidad de trabajar en grupo y de esforzarse. Desarrollo de capacidades emocionales y de aprendizaje: los niños potencian su capacidad lógica para pensar en la jugada más adecuada, ayuda a los niños a socializar, a aprender a perder y a tolerar la frustración. En cuanto a los beneficios físicos, los niños controlan mejor su cuerpo, ganan en equilibrio, agilidad y coordinación, y en general todas las capacidades físicas básicas.

Actividad impartida por monitores del Club de Fútbol Pedrezuela.



ESCUELA DE ATLETISMO

ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2018 a 2016	16,15-17,00 h	M-J	PABELLÓN
2015 a 2010	17,15-18,15 h	L-X	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

Es un deporte en el que se desarrolla la fuerza en las extremidades inferiores, se gana resistencia física y se consigue velocidad. Además, correr hace que mejore la capacidad pulmonar. En los niños se ha constatado su eficacia como estimulante de las hormonas del crecimiento y el desarrollo de los músculos.

Además de las ventajas físicas, el atletismo en niños tiene otras psicológicas: les ayuda a distraerse de cualquier problema que pueda preocuparles, ganan en confianza, tienen más autocontrol y una mayor estabilidad emocional.



ESCUELA DE TENIS DE MESA

ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2016 +	17,30-18,30 h	M-J	PABELLÓN
TENIS MESA COMPETICIÓN	18,45-19,45 h	M-J-V	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

El tenis de mesa es importante en el desarrollo psicomotriz, debido a que su práctica estimula la coordinación. La sola asimilación de sus técnicas básicas demanda un movimiento coordinado de las piernas, cintura, brazos y tronco.

Dentro de los beneficios del tenis de mesa para niños destacan los encontrados en el plano psicológico. El tenis de mesa requiere una concentración especial, así como la toma de decisiones de manera inmediata.

Actividad impartida por monitores del Club de Tenis de Mesa Pedrezuela.



ESCUELA DE BÁDMINTON

ESCUELAS INFANTILES

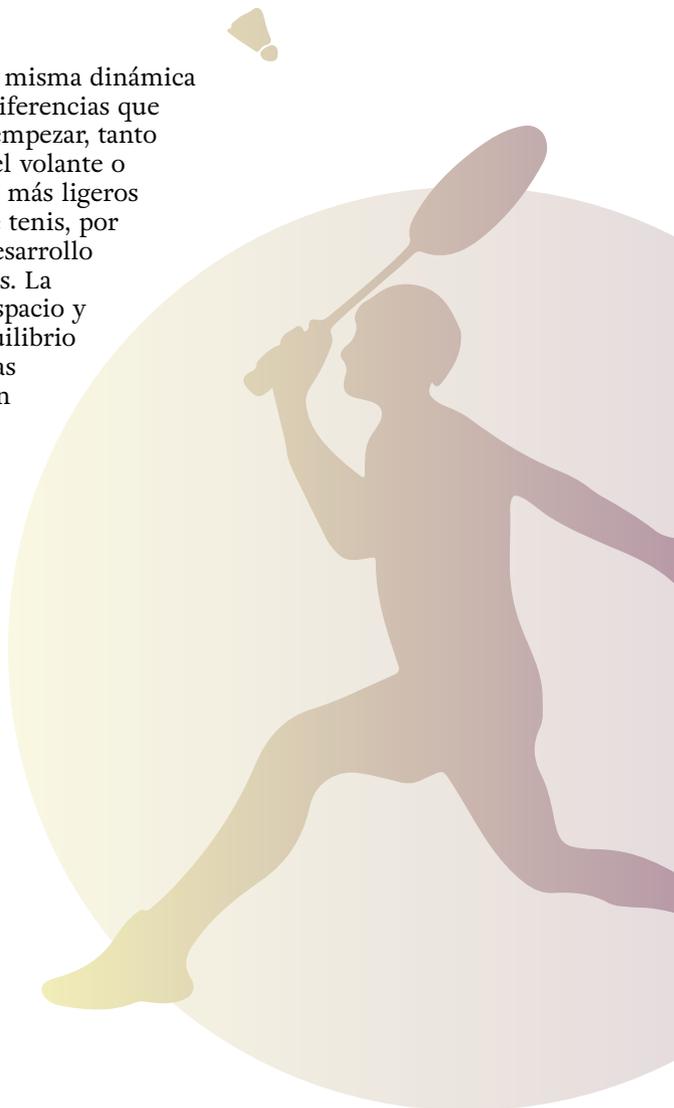
EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2014 a 2005	18,30-19,30 h	L-X	PISTAS

DESCRIPCIÓN

Es un deporte de raqueta con la misma dinámica que el tenis, pero con muchas diferencias que se convierten en ventajas. Para empezar, tanto la raqueta de bádminton como el volante o pluma que se utiliza son mucho más ligeros que una raqueta o una pelota de tenis, por lo que el impacto no afecta al desarrollo de las articulaciones de los niños. La orientación, la percepción del espacio y la gravedad, pero también el equilibrio y la coordinación son otras de las habilidades que se potencian con su práctica.

Además, se trata de un deporte donde la resistencia es tan fundamental como la velocidad. Pero no solo encontramos beneficios físicos, también puede ser un excelente remedio para la ansiedad infantil por el gasto de energía que genera y por la rapidez que requiere en los movimientos.

Actividad impartida por monitores del Club de Bádminton.



ESCUELA DE JUDO

ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2018 a 2014	16,15-17,00 h	M-J	PABELLÓN
GR2	17,15-18,15 h	M-J	PABELLÓN
CLUB	20,30-21,45 h	M-J-V	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

El judo favorece el desarrollo del aparato motriz, de la fuerza, coordinación, velocidad, flexibilidad y equilibrio. Además, aprenden a conocerse a sí mismos y a dominar su cuerpo.

A pesar de ser un deporte de contacto, transmite y enseña muchos valores: respeto, tolerancia, motivación, autoestima, educación, compañerismo, solidaridad y trabajo en equipo.

Actividad impartida por los monitores del Club de Judo.



ESCUELA DE TAEKWONDO

ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2018 a 2015	16,30-17,15 h	L-X	PABELLÓN
GR2	17,30-18,30 h	L-X	PABELLÓN
GR3	18,30-19,30 h	L-X	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

En el aspecto físico, el taekwondo permite desarrollar al máximo todas las capacidades propias del cuerpo: fuerza, elasticidad, resistencia, integración, adaptación, así como un desarrollo armónico y funcional de todo su organismo. Ejercita la concentración y la disciplina, creando hábitos que ayudarán al niño en sus estudios y tareas.

Fomenta el respeto y la educación, haciendo que el niño(a) sea más comprensivo, tenga mejor control personal y cree actitudes positivas hacia los demás.

La conquista de la confianza y seguridad en sí mismo hará que el alumno(a) se sienta seguro y con confianza de sus posibilidades en distintas situaciones de su vida cotidiana.

Aquellos alumnos que lo deseen podrán federarse, participar en distintas competiciones y obtener los distintos cinturones (consultad precios).



ESCUELA DE GIMNASIA RÍTMICA

ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2019 a 2018	16,15-17,00 h	M-J	STA. ANA
2017 a 2016	17,15-18,15 h	M-J	STA. ANA
2015 a 2013	18,15-19,15 h	M-J	STA. ANA
2012 +	19,15-20,15 h	M-J	STA. ANA

DESCRIPCIÓN

Actividad deportiva que desarrolla especialmente los aspectos de coordinación, equilibrio y flexibilidad, iniciando el trabajo con “manos libres”, para posteriormente incorporar los distintos elementos: aro, cuerda, pelota, cinta y mazas. Los alumnos participan en las exhibiciones que se organizan a través de ADENI, así como en la de fin de escuelas, organizada por el Ayuntamiento.



GIMNASIA RÍTMICA

COMPETICIÓN

ESCUELAS INFANTILES

DESCRIPCIÓN

Grupos de 5 a 6 gimnastas destinados a la competición. Participan en varios torneos y campeonatos durante la temporada, viendo la evolución de todo el trabajo realizado tras años de entrenamiento en los grupos de escuela.



HABILIDADES GIMNÁSTICAS

ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2014 a 2010	16,15-17,15 h	V	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

Esta disciplina deportiva conjuga con sus ejercicios agilidad, fuerza, plasticidad y elegancia. Es decir, además de educar y desarrollar el cuerpo, se trata de un arte expresivo. Se incluyen prácticas de equilibrio, volteo, contacto, aéreos y semi-aéreos.



ESCUELA DE DANZA

ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
PREDANZA (2019-2017)	16,30-17,30 h	L-X	DANZA
ESPAÑOL INIC (2016-2012)	17,30-18,30 h	L-X	DANZA
ESPAÑOL INT (2011 +)	18,30-19,30 h	L-X	DANZA
ESPAÑOL ACADE	18,30-19,30 h	V	DANZA
FUNKY 1(2016-2015)	16,30-17,30 h	V	DANZA
FUNKY 2 (2014-2013)	17,30-18,30 h	V	DANZA
FUNKY 3 (2012-2011)	16,30-17,30 h	M-J	DANZA
FUNKY 4 (2010-2008)	17,30-18,30 h	M-J	DANZA
FUNKY 5 (2007-2004)	19,30-20,30 h	M-J	DANZA
FUNKY ACADE	18,30-19,30 h	M-J	DANZA
BOLERA ACADE	19,30-20,30 h	L-X	DANZA
DANZA CONTEM ACADE	20,30-22,00 h	L-X	DANZA
BALLET ACADE	17,00-18,30 h	M-J-V	DANZA
GIMNASIA ESTÉTICA (2014-2007)	16,15-17,15 h	L-X	PABELLÓN
GIMNASIA ESTÉTICA (2006+)	19,00-20,00 h	V	DANZA
BALLET INIC (2016-2012)	18,30-19,30 h	M-J	DANZA
BALLET INT (2011-2003)	18,30-19,30 h	L-X	DANZA
CONTEMP INIC (2012-2011)	17,30-18,30 h	L-X	DANZA
CONTEMP INTER (2010+)	20,30-21,30 h	M-J	DANZA
DANZA VERTICAL (2009+)	17,30-18,30 h	V	DANZA

DESCRIPCIÓN

Las distintas disciplinas ayudan al desarrollo físico del cuerpo, también fortalece una imagen positiva para los niños, porque generan sentimientos de confianza, disciplina, gracia y varias cualidades que ayudan a formar una buena personalidad. Los(as) niños(as) que desde temprana edad practican la danza o alguna modalidad de baile crecen con sentido del equilibrio, ritmo, conciencia de su cuerpo y lo que vale, y desarrollan agilidades mentales y físicas que los ayudan a perfeccionarse en las demás áreas de su vida.



ZUMBA KIDS

ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2018 a 2015	16,15-17,00 h	L-X	PABELLÓN
2014 a 2010	17,15-18,15 h	L-X	PABELLÓN
2009 +	18,15-19,15 h	L-X	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

Actividad ideal para los seguidores más jóvenes de Zumba®. Los(as) niños(as) entre 4 y 16 años tienen la oportunidad de mantenerse activos y hacer deporte al ritmo de su música favorita.

Las clases ofrecen rutinas pensadas para ellos sobre la base de las coreografías originales de Zumba®. Los pasos se aprenden poco a poco y agregamos a la estructura de la clase juegos, actividades y elementos de exploración cultural.



PREDEPORTE

ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2019	16,15-17,00 h	M-J	PABELLÓN
2018 y 2017	16,15-17,00 h	L-X	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

Les ayuda a desarrollar la motricidad, la coordinación, el control de las posturas y el equilibrio. Además, les da unos patrones básicos que les servirán en la práctica de cualquier deporte cuando sean mayores.

Los juegos pre-deportivos mejoran la percepción, el sentido del equilibrio y el ritmo de los niños, mediante ejercicios como saltar, girar, desplazarse (hacia delante o hacia atrás, a gatas, en cuclillas, a la pata coja, sobre colchonetas y bancos), trepar (por ejemplo, en las espalderas), llevar objetos, como pelotas o aros, con una mano, entre dos compañeros, con los ojos cerrados, etc.

Estas actividades son muy importantes para el aprendizaje de las habilidades sociales, ya que fomentan la relación del niño con sus compañeros, les permiten experimentar la integración en un grupo y les enseñan unas reglas de juego que deben aceptar.



ESCUELA DE BIKE

ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2015 a 2012	16,30-18,00 h	V	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

La Escuela de Bike, destinada a niños(as) que ya saben montar en bici, les ayudará a mejorar su dominio de la bici a través de juegos y circuitos de habilidad. Los alumnos podrán realizar su actividad favorita de forma segura acompañados por un monitor.



BOXEO

ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2010 a 2006	16,30-18,00 h	V	PABELLÓN
2015 a 2011	18,15-19,45 h	V	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

En el entrenamiento de boxeo infantil, los niños tendrán rápidamente muchos beneficios físicos y psíquicos. Los alumnos ganarán fuerza, se concentrarán prestando atención a los ejercicios, se harán más ágiles y aprenderán a coordinarse. Es un deporte ideal para ganar confianza y seguridad en sí mismos.



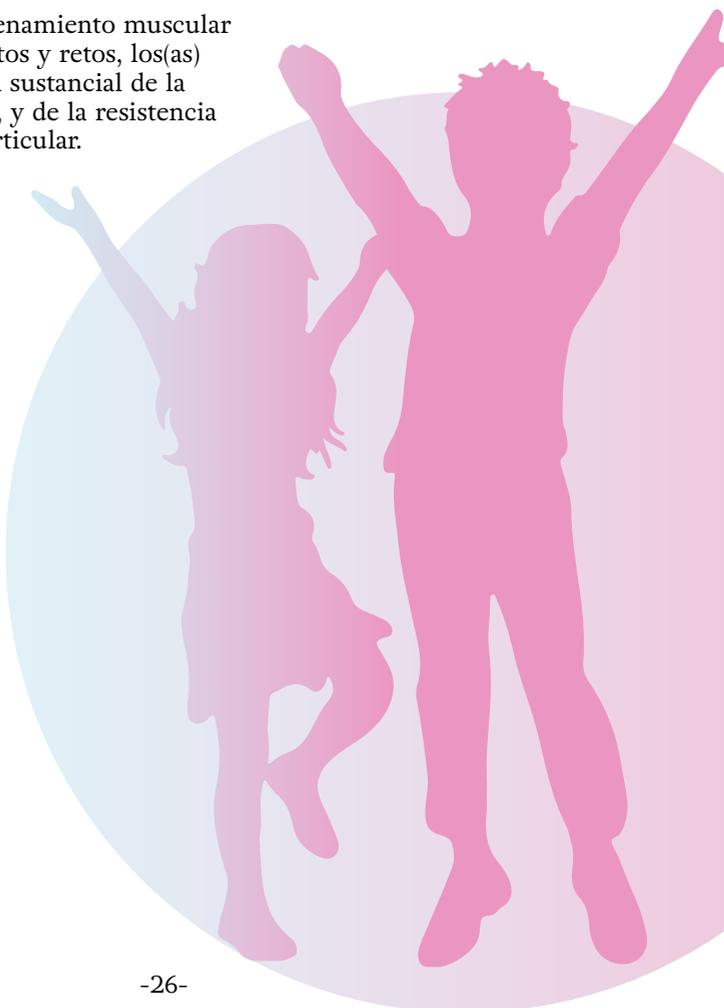
KIDFIT

ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2013 a 2011	16,15-17,15 h	M-J	PABELLÓN
2010 a 2008	17,30-18,30 h	M-J	PABELLÓN
2012 a 2009	9,30-10,30 h	S	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

En Kidfit se realiza un entrenamiento muscular en el que, a través de circuitos y retos, los(as) niños(as) logran una mejora sustancial de la condición física, en general, y de la resistencia muscular y la fuerza, en particular.



ESCUELA DE VOLEIBOL

ESCUELAS INFANTILES

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2010 a 2006	19,30-20,30 h	M-J	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

Se trata de un deporte completo en el que se ejercita todo el cuerpo, con poco contacto físico y un índice bajo de lesiones.

El voleibol es un deporte fantástico ser practicado por grupos de niños y niñas, que aprenderán el valor de la cooperación y el trabajo en equipo.

Es un deporte con un alto componente socializador. Desarrolla además el control mental, el equilibrio y la concentración.

Actividad impartida por monitores del Club de Tenis de Mesa Pedrezuela.



EQUIPACIÓN ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES INFANTILES

Equípate con los productos oficiales de nuestras Escuelas Deportivas

- ★ Chándal
- ★ Ropa de tenis/pádel
- ★ Mochila
- ★ Abrigo

Entra en www.ekipaciones.com/tiendas/pedrezuela y compra tu equipación.



ACTIVIDADES ADULTOS

Las Escuelas Deportivas para Adultos están destinadas a completar la oferta deportiva del ABONO DEPORTE. Con ellas el alumno podrá realizar una actividad física de una manera regular durante toda la temporada deportiva.

¿QUÉ OFRECEMOS?

- Gimnasia terapéutica
- Gimnasia de mantenimiento
- Gimnasia para mayores
- Tenis
- Pádel
- Tenis de mesa
- Escuela de danza
- Hipopresivos



ACTIVIDADES ADULTOS

PRECIOS

RESERVA/MATRÍCULA	12,00 €
EMISIÓN/REPOSICIÓN CARNÉ USUARIO	5,00 €

ACTIVIDAD DEPORTIVA GENERAL

1 DÍA/SEMANA	2 DÍAS/SEMANA	PRECIO MENSUAL
15,00 €	26,20 €	PRECIO PEDREZUELA ACTIVA
20,10 €	35,10 €	PRECIO PÚBLICO
1 DÍA/SEMANA	2 DÍAS/SEMANA	PRECIO TRIMESTRAL
42,75 €	74,67 €	PRECIO PEDREZUELA ACTIVA
57,28 €	100,05 €	PRECIO PÚBLICO
1 DÍA/SEMANA	2 DÍAS/SEMANA	PRECIO ANUAL
114,75 €	200,43 €	PRECIO PEDREZUELA ACTIVA
153,76 €	268,57 €	PRECIO PÚBLICO

CLASES REDUCIDAS (2 días/semana - 30 minutos)

PRECIO PEDREZUELA ACTIVA	PRECIO PÚBLICO	
15,00 €	20,10 €	PRECIO MENSUAL
42,75 €	57,28 €	PRECIO TRIMESTRAL
114,75	153,76 €	PRECIO ANUAL

GIMNASIA MAYORES (2 días/semana)

PRECIO PEDREZUELA ACTIVA	PRECIO PÚBLICO	
6,00 €	8,04 €	PRECIO MENSUAL
17,01 €	22,79 €	PRECIO TRIMESTRAL
45,90 €	61,50 €	PRECIO ANUAL

ESCUELA TENIS Y PÁDEL

1 DÍA/SEMANA	2 DÍAS/SEMANA	3 DÍAS/SEMANA	PRECIO MENSUAL
27,00 €	47,00 €	64,00 €	PRECIO PEDREZUELA ACTIVA
30,00 €	52,00 €	73,00 €	PRECIO PÚBLICO
1 DÍA/SEMANA	2 DÍAS/SEMANA	3 DÍAS/SEMANA	PRECIO TRIMESTRAL
76,95 €	133,95 €	182,40 €	PRECIO PEDREZUELA ACTIVA
85,50 €	148,20 €	208,05 €	PRECIO PÚBLICO
1 DÍA/SEMANA	2 DÍAS/SEMANA	3 DÍAS/SEMANA	PRECIO ANUAL
206,55 €	359,55 €	489,60 €	PRECIO PEDREZUELA ACTIVA
229,50 €	397,80 €	558,45 €	PRECIO PÚBLICO

GIMNASIA TERAPÉUTICA

ACTIVIDADES ADULTOS

GRUPO	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
1	9,00-10,00 h	L-X	PABELLÓN
2	10,00-11,00 h	L-X	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

Actividad que busca mantener y/o mejorar, en general, las capacidades físicas, psíquicas y sociales para ralentizar los procesos degenerativos que produce el paso del tiempo.



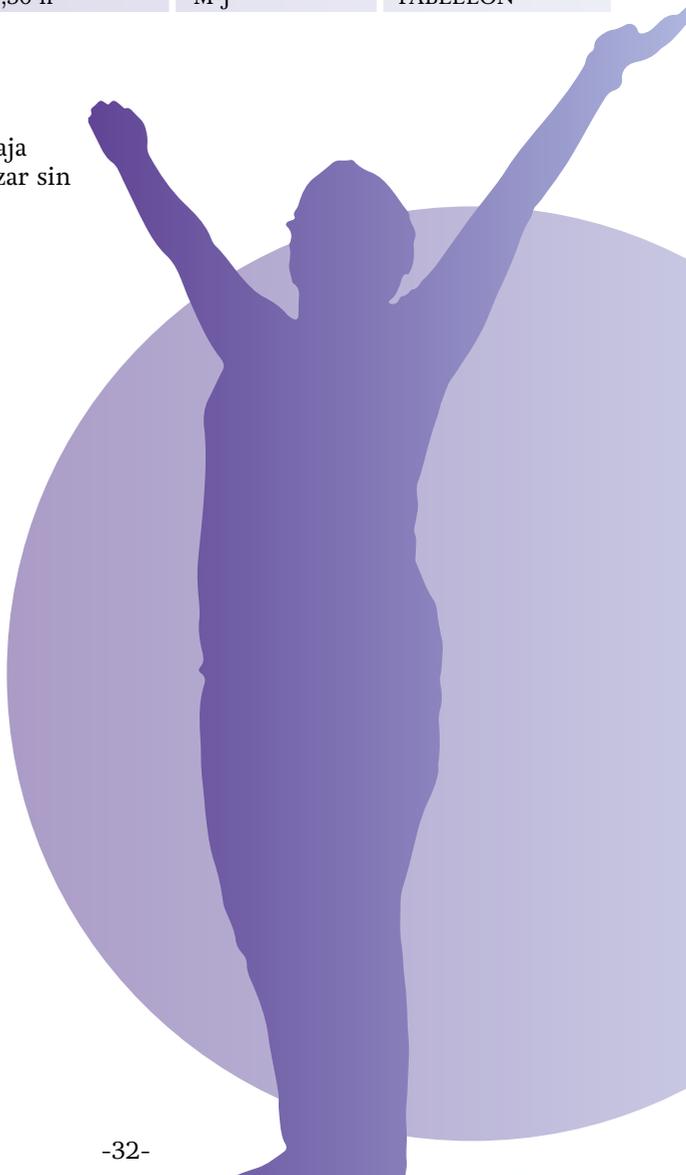
GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

ACTIVIDADES ADULTOS

GRUPO	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
1	19,30-20,30 h	M-J	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

Se trata de ejercicios de muy baja intensidad que se pueden realizar sin ningún tipo de problema a cualquier edad y es una opción que no requiere una determinada condición física y evita llevar una vida totalmente sedentaria.



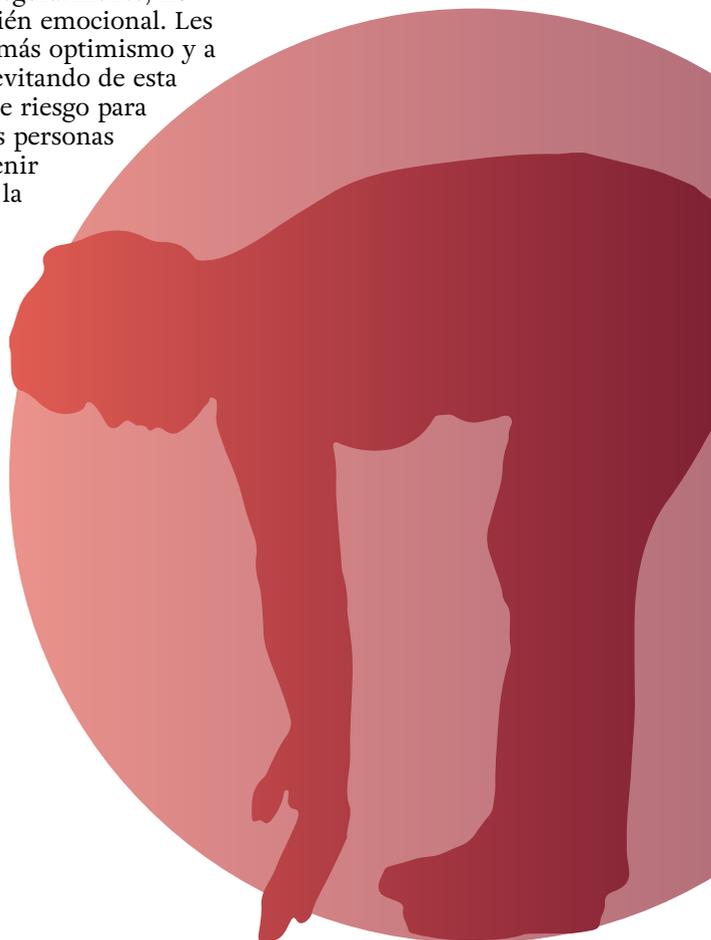
GIMNASIA PARA MAYORES

ACTIVIDADES ADULTOS

GRUPO	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
1	9,15-10,00 h	M-J	PABELLÓN
2	10,00-10,45 h	M-J	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

A los adultos mayores de 65 les aporta muchos beneficios realizar ejercicio regularmente, no solo a nivel físico, sino también emocional. Les ayuda a afrontar la vida con más optimismo y a relacionarse con los demás, evitando de esta forma la soledad, un factor de riesgo para la salud física y mental de las personas mayores que es posible prevenir con actividades que faciliten la socialización.



TENIS

ACTIVIDADES ADULTOS

NIVEL	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
INICIACIÓN	19,30-20,30 h	M	PISTAS
MEDIO	19,30-20,30 h	L	PISTAS
MEDIO	19,30-20,30 h	X	PISTAS
AVANZADO	19,30-20,30 h	J	PISTAS
AVANZADO	12,45-13,45 h	S	PISTAS
AVANZADO	19,30-20,30 h	J	PISTAS
AVANZADO	20,45-21,45 h	X	PISTAS

DESCRIPCIÓN

Iniciación y perfeccionamiento de los fundamentos técnico-tácticos de esta disciplina deportiva.

Puedes configurar tu actividad asistiendo a una, dos o tres clases semanales.

Obligatorio prueba de nivel (consultad en el Pabellón).



PÁDEL

ACTIVIDADES ADULTOS

NIVEL	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
INICIACIÓN	19,15-20,15 h	L	PISTAS
INICIACIÓN	19,15-20,15 h	M	PISTAS
INICIACIÓN	19,15-20,15 h	X	PISTAS
INICIACIÓN	19,15-20,15 h	J	PISTAS
INICIACIÓN	11,45-12,45 h	S	PISTAS
MEDIO	20,15-21,15 h	L	PISTAS
MEDIO	10,30-11,30 h	M	PISTAS
MEDIO	12,30-13,30 h	M	PISTAS
MEDIO	18,15-19,15 h	M	PISTAS
MEDIO	18,15-19,15 h	X	PISTAS
MEDIO	18,15-19,15 h	J	PISTAS
MEDIO	20,15-21,15 h	L	PISTAS
AVANZADO	10,30-11,30 h	M	PISTAS
AVANZADO	20,15-21,15 h	M	PISTAS
AVANZADO	20,15-21,15 h	X	PISTAS
AVANZADO	19,15-20,15 h	V	PISTAS

DESCRIPCIÓN

Iniciación y perfeccionamiento de los fundamentos técnico-tácticos de esta disciplina deportiva. Puedes configurar tu actividad asistiendo a una, dos o tres clases semanales.

Obligatorio prueba de nivel (consultad en el Pabellón).



TENIS DE MESA

ACTIVIDADES ADULTOS

GRUPO	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
1	19,30-20,30 h	M-J	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

Iniciación y perfeccionamiento de los fundamentos técnico-tácticos de esta disciplina deportiva.

Clases impartidas por los monitores del Club de Tenis de Mesa.



ESCUELA DE DANZA

ACTIVIDADES ADULTOS

GRUPO	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
BAILES LATINOS INIC	19,00-20,00 h	V	ESCUELA DANZA
BAILES LATINOS MEDIO	20,00-21,00 h	V	ESCUELA DANZA
BAILES SALON MEDIO	21,00-22,00 h	V	ESCUELA DANZA
BAILES SALON AVANZADO	22,00-23,00 h	V	ESCUELA DANZA
BALLET	19,30-20,30 h	M-J	ESCUELA DANZA
FUNKY	20,30-21,30 h	M-J	ESCUELA DANZA
FLAMENCO	20,30-21,30 h	L-X	ESCUELA DANZA

DESCRIPCIÓN

Iniciación y perfeccionamiento de distintas modalidades artísticas. Ayuda a mejorar la capacidad de movimiento y expresividad.



HIPOPRESIVOS

ACTIVIDADES ADULTOS

GRUPO	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
1	19,00-19,30 h	L-X	PABELLÓN
2	21,15-21,45 h	M-J	PABELLÓN
3	10,00-10,30 h	M-J	PABELLÓN

DESCRIPCIÓN

¿Has oído hablar de los ejercicios hipopresivos y de sus efectos beneficiosos para la salud? Cada vez más populares, estos se basan en la ejecución de posturas y movimientos que, realizados de manera correcta y supervisada por un profesional, logran una tonificación de la musculatura abdominal profunda, se reduce el perímetro abdominal, además de prevenir hernias u otras posibles lesiones.



INSCRIPCIONES

FORMALIZACIÓN DE LAS INSCRIPCIONES

Las inscripciones tendrán lugar en la oficina del Pabellón Municipal. La renovación de los antiguos alumnos se realizará del 15 al 30 de junio. Se considerará antiguo alumno solo a aquel que haya terminado la temporada anterior al corriente de pago, pudiéndose inscribirse como tal en cualquier actividad a la que perteneciera.

La recogida de inscripciones para alumnos de nueva incorporación se extenderá del 6 al 30 de julio y del 1 al 15 de septiembre, siempre y cuando existan plazas vacantes y hasta la finalización de las mismas.

La inscripción en Escuelas Deportivas implica el pago de una matrícula de 12 € por actividad y 5 € en concepto de emisión del carné para las actividades que se realizan en el Polideportivo Municipal de Pedrezuela.

TARIFAS GENERALES	PRECIO
MATRÍCULA POR ACTIVIDAD	12 €
EMISIÓN CARNET*	5 €

*Obligatorio para todas aquellas actividades que se desarrollen en el Pabellón Municipal.

NORMATIVA REFERENTE A PRECIOS Y PAGOS

La normativa actual referente a pagos, precios y descuentos estará en vigor hasta que se publique y apruebe la futura Ordenanza reguladora de Precios Públicos. Si esto sucediese con la temporada 2022/23 en curso, se comenzaría a aplicar lo que dictamine la nueva Ordenanza.

PAGOS

No se realizará inscripción alguna si la unidad familiar no está al corriente de los pagos. El pago de la actividad se formalizará a través de domiciliación bancaria, rellenando el impreso para tal efecto, a excepción del pago de la matrícula y del primer recibo que se cobrarán con tarjeta de crédito en el momento de realizar la inscripción en las oficinas del Polideportivo. El periodo mínimo de pago de una actividad infantil es un trimestre, no se devolverá ningún importe por bajas durante dicho periodo.

DESCUENTOS*	%
FAMILIA NUMEROSA	20%
FAMILIA MONOPARENTAL	20%
FAMILIA ACTIVA	20%
PERSONAS CON DISCAPACIDAD	50%
PAGO TRIMESTRAL **	5%
PAGO ANUAL	15%
EMPLEADO MUNICIPAL	30%
2ª ACTIVIDAD	20%
3ª ACTIVIDAD	25%
4ª ACTIVIDAD	30%
SOCIO AMPA***	5%
No empadronados matriculados en centros escolares municipales y/o con padres trabajadores en empresas municipales	20%

*En el caso de existir dos o más descuentos, los descuentos no se suman entre sí, si no que se aplica un descuento tras otro, de mayor a menor porcentaje de descuento. El importe resultante no podrá ser inferior 50% del precio establecido para la actividad en cualquiera de los casos. No se aplicará descuento alguno sin presentar la documentación necesaria que lo justifique.

** Sólo para ALUMNOS(AS) DE ESCUELAS DEPORTIVAS ADULTOS.

*** Sólo para ALUMNOS(AS) DE ESCUELAS DEPORTIVAS INFANTILES.

INSCRIPCIONES

PLATAFORMA INSCRIPCIÓN EN ACTIVIDADES

<https://pedrezuela.i2a.es/CronosWeb/Login> 

Os recordamos que para poder realizar las inscripciones vía online hay que solicitar el alta de este servicio en el Pabellón de Deportes.

Para acceder a la plataforma de inscripciones hay que utilizar como IDENTIFICADOR el email que se facilite y como contraseña el DNI (una vez que se accede por primera vez pueden cambiar la contraseña).

CONTACTOS

OFICINA DE DEPORTES

Está abierta al público para solucionar dudas y atender las sugerencias sobre cualquier situación que tenga que ver con el deporte en Pedrezuela. Puede ponerse en contacto con nosotros a través de las siguientes direcciones:

-  **Atención general:**
deportes@pedrezuela.info
-  **Atención Fitness:**
coordinacionfitness@pedrezuela.info
-  **Atención Deportes Outdoor y Campamentos:**
coordinacionoutdoor@pedrezuela.info

PABELLÓN MUNICIPAL

Plaza de la Carta Puebla, s/n. Horario de atención al público (con cita previa): de lunes a viernes, de 8,30 a 13,30 y de 16,00 a 21,00 horas.

 91 843 31 41

REDES SOCIALES

A través de nuestras redes sociales podrás estar al tanto de todo e interactuar con nosotros muy fácilmente. ¡Síguenos!

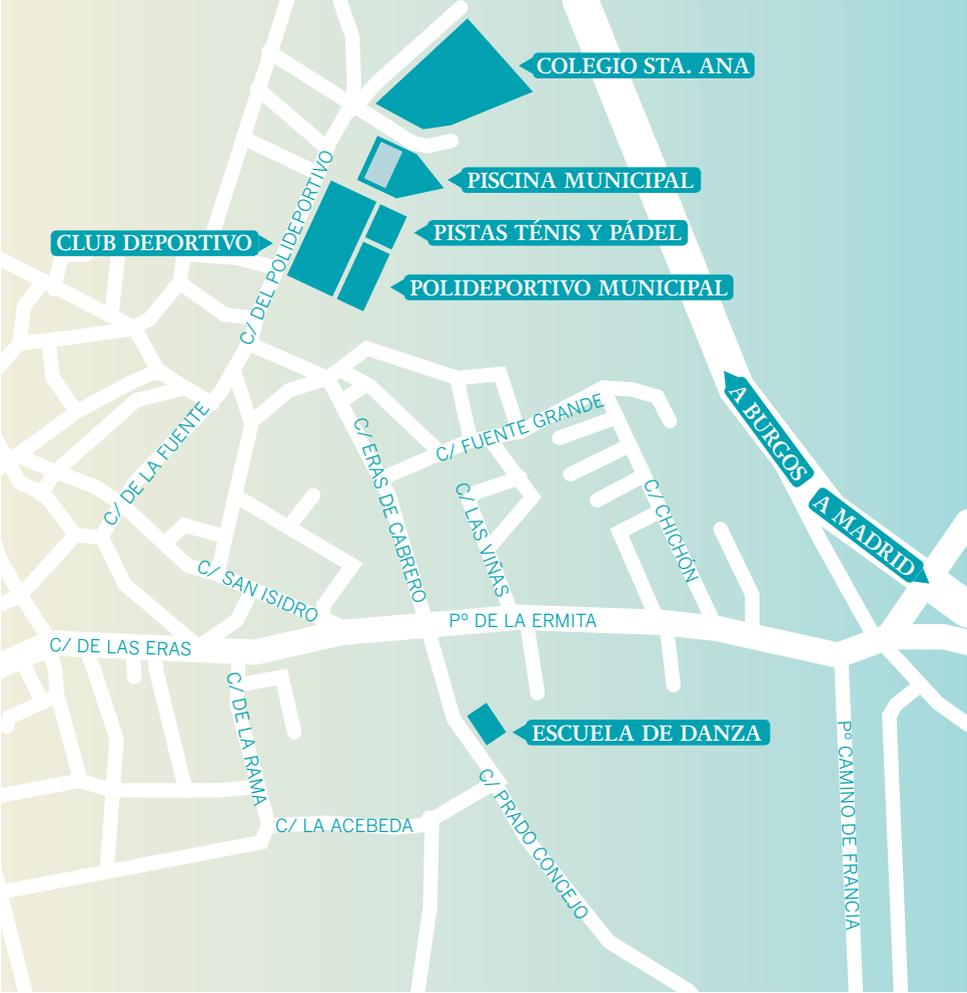
 DeportesPedrezuela  deportespedrezuela

ALERTAS WHATSAPP

 620 81 87 92

Agréganos como contacto y envíanos un mensaje con las palabras “RECIBIR ALERTAS DEPORTES”.

ESPACIOS DEPORTIVOS





Ayuntamiento
de Pedrezuela