



# ÍNDICE

PRESENTACIÓN	3
ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES	3

ESCUELAS INFANTILES	4
BALONCESTO	6
FÚTBOL SALA	6
BÁDMINTON	7
TENIS DE MESA	7
TENIS	8
PÁDEL	9
PATINAJE	10
TAEKWONDO	10
JUDO	11
BOXEO	11
ATLETISMO	12
BIKE	12
HABILIDADES GIMNÁSTICAS	12
PREDEPORTE	13
KIDFIT	13
ZUMBA KIDS	14
GIMNASIA RÍTMICA	14
DANZA	15
EQUIPACIÓN ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES INFANTILES	16

ACTIVIDADES ADULTOS	17
GIMNASIA TERAPÉUTICA	17
GIMNASIA DE MANTENIMIENTO	18
GIMNASIA PARA MAYORES	18
TENIS DE MESA	19
TENIS	19
PÁDEL	20
DANZA	21
HIPOPRESIVOS	21

INSCRIPCIONES	22
CONTACTOS	23
ESPACIOS DEPORTIVOS	24



# PRESENTACIÓN

---



Estimados(as) vecinos(as):

Es un placer para este Ayuntamiento poder presentaros la oferta de actividades deportivas programadas para la temporada 2023/24.

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 amplio abanico de actividades, 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. Muchas gracias, os deseamos una gran temporada deportiva.

Esta variada oferta deportiva unida, como no puede ser de otro modo, al tejido deportivo que ofrecen nuestros clubes, y nuestras propuestas de actividad física para todos como son los programas “SABADOS DEPORTIVOS” y “VIERNES ACTIVOS”, 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 2020 y 2007.

## ¿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.

## 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.

## 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 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 €	
96,48 €	246,02 €	

### 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

## 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.

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2019 a 2015	16,30-17,15 h	M-J	PABELLÓN
2014 a 2013	17,30-18,30 h	M-J	PABELLÓN
2010 +	18,30-19,30 h	M-J	PABELLÓN

# ESCUELA DE FÚTBOL SALA

## 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.

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2020 a 2018	16,30-17,15 h	L-X	PABELLÓN

# ESCUELA DE BÁDMINTON

## 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.

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2015 a 2007	18,30-19,30 h	L-X	PISTAS

# ESCUELA DE TENIS DE MESA

## 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.

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2017+	17,30-18,30 h	M-J	PABELLÓN
TENIS MESA COMPETICIÓN	18,45-19,45 h	M-J-V	PABELLÓN

# ESCUELA DE TENIS

## 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.

### INICIACIÓN AL TENIS

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2019 a 2016	16,15-17,00 h	M-J	PISTAS
2015 a 2010	16,15-17,00 h	L-X	PISTAS

### TENIS

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2014 a 2009	17,15-18,15 h	L-X	PISTAS
2014 a 2009	17,15-18,15 h	M-J	PISTAS
2008 +	18,15-19,15 h	L-X-V	PISTAS
2008 +	18,15-19,15 h	M-J	PISTAS
2011 a 2008	9,45-10,45 h	S	PISTAS
2016 a 2012	10,45-11,45 h	S	PISTAS
2010 +	11,45-12,45 h	S	PISTAS
2017 a 2014	16,15-17,00 h	V	PISTAS
2013 +	17,15-18,15 h	V	PISTAS



# ESCUELA DE PÁDEL

## 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.

### INICIACIÓN AL PÁDEL

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2019 a 2016	16,15-17,00 h	M-J	PISTAS
2015 a 2010	16,15-17,00 h	L-X	PISTAS

### PÁDEL

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2014 a 2009	17,15-18,15 h	L-X	PISTAS
2014 a 2009	17,15-18,15 h	M-J	PISTAS
2008 +	18,15-19,15 h	L-V	PISTAS
2017 a 2013	16,15-17,00 h	V	PISTAS
2012 +	17,15-18,15 h	V	PISTAS
INICIACIÓN	9,45-10,45 h	S	PISTAS
INICIACIÓN	10,45-11,45 h	S	PISTAS

# ESCUELA DE PATINAJE

## 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.

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2018 A 2016 GR1	16,15-17,15 h	L	FRONTÓN
2018 A 2016 GR2	17,30-18,30 h	L	FRONTÓN
2015 +	16,15-17,15 h	X-V	FRONTÓN
PRECOMP	17,15-18,15 h	X-V	FRONTÓN

# ESCUELA DE TAEKWONDO

## 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).

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2019 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-V*	PABELLÓN

\* El horario de los viernes es de 17:30 a 18:30h

# ESCUELA DE JUDO

## 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.

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2019 a 2015	16,15-17,00 h	M-J	PABELLÓN
GR2	17,15-18,15 h	M-J	PABELLÓN

# BOXEO

## 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.

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2011 a 2007	16,30-18,00 h	V	PABELLÓN
2016 a 2012	18,15-19,45 h	V	PABELLÓN

## ESCUELA DE ATLETISMO

### 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.

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2019 a 2017	16,15-17,00 h	M-J	PABELLÓN
2016 a 2011	17,15-18,15 h	L-X	PABELLÓN

## ESCUELA DE BIKE

### 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.

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2016 a 2012	16,30-18,00 h	V	PABELLÓN

## HABILIDADES GIMNÁSTICAS

### 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 semiaéreos.

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2015 a 2010	16,15-17,15 h	V	PABELLÓN

# PREDEPORTE

## 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.

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2020	16,15-17,00 h	M-J	PABELLÓN
2019 y 2018	16,15-17,00 h	L-X	PABELLÓN

# KIDFIT

## DESCRIPCIÓN

En Kidfit se realiza un entrenamiento en el que, a través de circuitos, clases de fitness adaptadas a la edad y juegos, los(as) niños(as) logran una mejora

sustancial de la condición física, en general, y de la resistencia muscular y la fuerza, en particular.

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2017 a 2015	16,15-17,15 h	M-J	PABELLÓN
2014 a 2008	17,30-18,30 h	M-J	PABELLÓN

## ZUMBA KIDS

### 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.

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2019 a 2016	16,15-17,00 h	L-X	PABELLÓN
2015 a 2011	17,15-18,15 h	L-X	PABELLÓN
2010 +	18,15-19,15 h	L-X	PABELLÓN

## ESCUELA DE GIMNASIA RÍTMICA

### 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, al menos, en las exhibiciones que se organizan a través de ADENI, así como en la de fin de escuelas, organizada por el Ayuntamiento.

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
2020 A 2018	16,30-17,15 h	M-J	STA. ANA
2017 A 2016	17,15-18,15 h	M-J	STA. ANA
2015 A 2013 Y PREBENJAMIN PRECOMPET	18,15-19,15 h	M-J	STA. ANA
2012+ Y PRECOMPETICIÓN	19,15-20,15 h	M-J	STA. ANA

# ESCUELA DE 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 agilitades mentales y físicas que los ayudan a perfeccionarse en las demás áreas de su vida.

EDAD	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
PREDANZA (2020-2018)	16,30-17,30 h	L-X	DANZA
ESPAÑOL INIC (2017-2013)	17,30-18,30 h	L-X	DANZA
ESPAÑOL INT (2012-2010)	18,30-19,30 h	L-X	DANZA
ESPAÑOL AVANZADO (2009-2004)	19,30-20,30 h	L- X	DANZA
FUNKY 1(2017-2016)	16,30-17,30 h	V	DANZA
FUNKY 2 (2015-2014)	17,30-18,30 h	V	DANZA
FUNKY 3 (2013-2012)	16,30-17,30 h	M-J	DANZA
FUNKY 4 (2011-2009)	17,30-18,30 h	M-J	DANZA
FUNKY 5 (2008-2004)	18,30-19,30 h	M-J	DANZA
FUNKY AVANZADO (por nivel)	19,30-20.30 h	M-J	DANZA
BOLERA-FOLKLORE (por nivel)	16,30-17,30 h	V	DANZA
TÉC. DE PUNTAS (por nivel)	18,30-19,00 h	V	DANZA
BALLET AVANZADO (por nivel)	16,00-17,30 h	M-J	DANZA
BALLET INIC (2017-2013)	17,30-18,30 h	M-J	DANZA
BALLET INT (2012-2010)	18,30-19,30 h	M-J	DANZA
BALLET INT (2009-2004)	20.45-21.45 h	M-J	DANZA
CONTEMP INIC (2013-2012)	17,30-18,30 h	L-X	DANZA
CONTEMP INTER (2011-2006)	18,30-19,30 h	L-X	DANZA
COMTEP AVANZADO (2005+)	19,30-21,00 h	L-X	DANZA

# 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](http://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.

## 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

### 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.

GRUPO	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
1	9,30-10,30 h	M-J	PABELLÓN
2	10,30-11,30 h	M-J	PABELLÓN

## GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

### 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.

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

## GIMNASIA PARA MAYORES

### 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.

GRUPO	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
1	9,00-09,45 h	L-X	PABELLÓN
2	09,45-10,30 h	L-X	PABELLÓN

# TENIS DE MESA

## DESCRIPCIÓN

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

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

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

# TENIS

## 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).

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	19,30-20,30 h	V	PISTAS
AVANZADO	20,30-21,30 h	X	PISTAS

# PÁDEL

## 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).

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

# PIRAGÜISMO

## DESCRIPCIÓN

Miércoles de 17,30 a 18,30 h.

Lugar: Piscina municipal

Clases de iniciación al piragüismo y Kayak Polo.

Actividad impartida por técnicos de la Federación Madrileña de Piragüismo y el Club Rural Sports.

# ESCUELA DE DANZA

## DESCRIPCIÓN

Iniciación y perfeccionamiento de distintas modalidades artísticas. Ayuda

a mejorar la capacidad de movimiento y expresividad.

GRUPO	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
BAILES LATINOS INIC	19,45-20,45 h	J	E. DE LAS ARTES
RUEDA CUBANA	21,00-22,00 h	J	E. DE LAS ARTES
BAILES DE SALÓN	22,00-23,00 h	J	E. DE LAS ARTES
BALLET	19,30-20,30 h	M-J	ESCUELA DANZA
FUNKY	19,30-20,30 h	M-J	ESCUELA DANZA
FLAMENCO INICIACION	20,45-21,45 h	V	ESCUELA DANZA
FLAMENCO MEDIO	20,30-21,30 h	L-X	ESCUELA DANZA

# HIPOPRESIVOS

## 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.

GRUPO	HORARIO	DÍA	INSTALACIÓN
1	18,15-18,45 h	L-X	PABELLÓN
2	21,00-21,30 h	M-J	PABELLÓN
3	10,30-11,00 h	M-J	PABELLÓN
4	17,45-18,15 h	M-J	PABELLÓN

# 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 5 al 31 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.

### 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 2023/24 en curso, se comenzaría a aplicar lo que dictamine la nueva Ordenanza.

## 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).

## 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.

TARIFAS GENERALES	PRECIO
MATRÍCULA POR ACTIVIDAD	12,00 €
EMISIÓN CARNET*	5,00 €

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

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%

\*Sólo de aplicará el descuento de mayor importe (los descuentos no son acumulativos. 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.

# 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](mailto:deportes@pedrezuela.info)

Atención Deportes Outdoor  
y Campamentos:  
[coordinacionoutdoor@pedrezuela.info](mailto:coordinacionoutdoor@pedrezuela.info)

## PABELLÓN MUNICIPAL

Plaza de la Carta Puebla, s/n.

Horario de atención al público  
(con cita previa):

Lunes a viernes, de 8,30 a 13,30  
y de 16,00 a 21,00 horas.

**T.: 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**



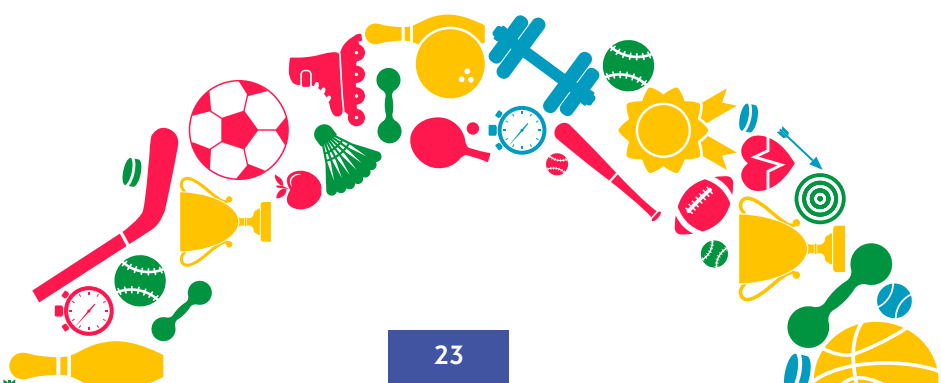
**deportespedrezuela**



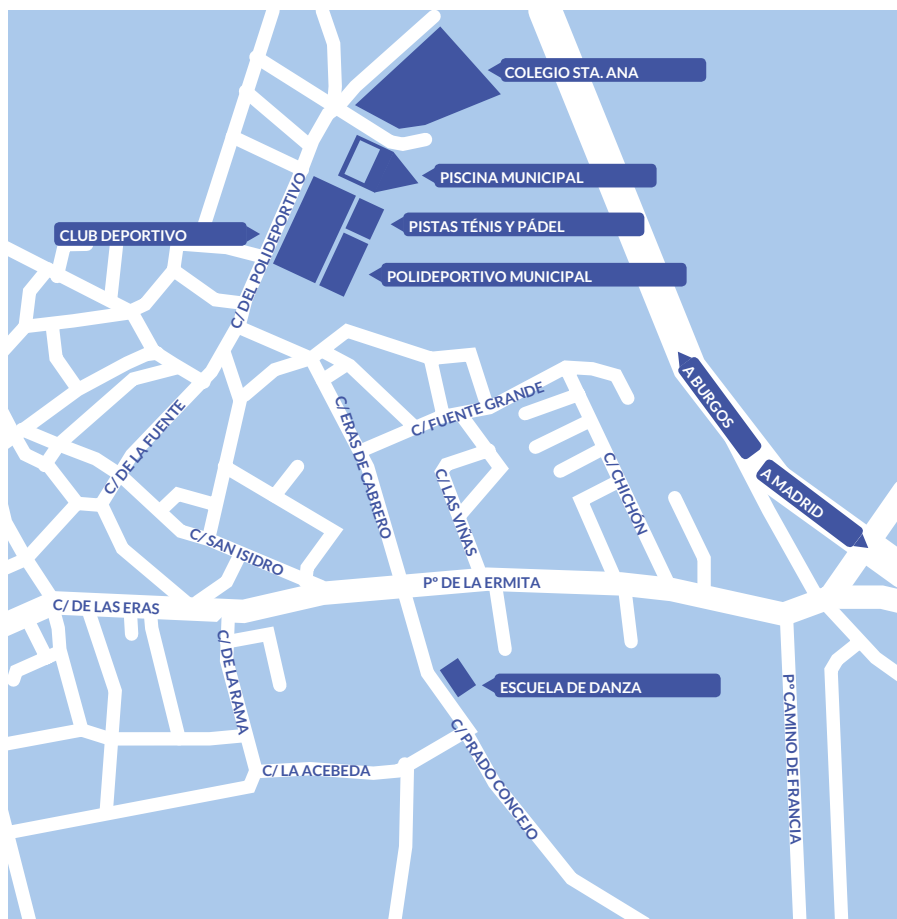
## ALERTAS WHATSAPP

**T.: 620 81 87 92**

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



# ESPACIOS DEPORTIVOS



Ayuntamiento  
de Pedrezuela

[www.pedrezuela.info](http://www.pedrezuela.info)