

Izen emateak: *Inscripciones:*

- Emailuz: kiroldegia@eskoriata.eus
- Web bidez: www.eskoriata.eus

Kiroldegian eta webgunean duzu izena emateko orria, entregatu kiroldegian edo bidali posta elektronikoz.

Entrega en el polideportivo o envía por correo electrónico la hoja de inscripción.

**MANUEL MUÑOZ
KIROLDEGIA**

BEHERAPENAK DESCUENTOS

- **Fitness-wellness ekintzak:** 2. ekintzatik aurrera %50eko beherapena merkeean (ekintzetako bat gutxienez 2 eguneko izan behar da).

En actividades fitness-wellness a partir de la segunda actividad 50% de descuento en la actividad más económica (una de las actividades debe ser de 2 días).

- **3x2 ekintzak:** jende gutxiko ordutegietan zenbait kolektiborentzat 3 ekintza 2ren prezioan.

En los horarios de baja afluencia, para ciertos colectivos 3 actividades al precio de 2.

Hastapen ikastaroak
Cursos de iniciación

• **Spininga, body tonoa, zumba, GAH, pilatesa, Body Balanza**

Eguna / Ordua:

Ordubeteko 2 edo 4 saio, astelehen eta asteazkenean edo astearte eta ostegunetan 15:00 - 16:00

2 o 4 sesiones de 1 hora, lunes y miércoles o martes y jueves 15:00 - 16:00.

Prezioa saiko:	Abonatuak	Ez abonatuak
2 saio	9 €	11 €
4 saio	18 €	23 €

Egunak eta ordutegia taldearekin zehaztuko dira
Los días y el horario se determinarán con el grupo

FITNESS eta OSASUN ZERBITZUA SERVICIO DE FITNESS Y SALUD

Non: Kiroldegian

Astearta eta osteguna,
10:15-11:15 eta 18:30-20:30

KORRIKA TALDEA

Astearta eta osteguna, 18:30

ENTRENAMENDU FUNTZIONALA

Astearta eta osteguna, 10:15

Doan, kiroldegiko abonarekin barruan

Gratis, incluido en el abono al polideportivo

943 71 53 28

kiroldegia@eskoriata.eus

KIROL JARDUERAK Actividades deportivas

2015/16



ATE IREKIAK
irailaren
21etik 25era.
Gonbidapenak
kiroldegian.



www.eskoriata.eus

UR JARDUERAK
ACTIVIDADES ACUÁTICAS

Aquagyma Aquagym

MIN 8 MAX 15

Asteazkena eta ostirala, 09:15 eta 19:00
Larunbata*, 09:15 eta 10:15

Prezioa:	Abonatuak	Ez abonatuak
Hilabetea / mes	31 €/ *16€	41 €/ *21€
Hiruhilekoa / trimestre	84 €/ *43€	111 €/ *57€

Igeriketa, helduak Natación adultos

MIN 8 MAX 15

Asteartea eta osteguna, 09:15 eta 19:00

Prezioa:	Abonatuak	Ez abonatuak
Hilabetea / mes	31 €	41 €
Hiruhilekoa / trimestre	84 €	111 €

Igeriketa, 2-4 urte Natación 2-4 años

MIN 6 MAX 10

30 minutuko saio bat astean 1 sesión semanal de 30 min.

Ostirala, 17:00, 17:30
Larunbata, 11:15

Prezioa:	Abonatuak	Ez abonatuak
Hilabetea / mes	9 €	11 €
Hiruhilekoa / trimestre	24 €	30 €

Igeriketa umeak Natación niños

MIN 6 MAX 15

Astean, 30 minutuko 2 saio edo ordu beteko saio bat*, mailaren arabera. 2 sesiones de media hora o una sesión de una hora semanales, dependiendo del nivel.

Astelehenetik ostiralera, 13:30, 17:00, 17:30, 18:00 eta 18:30

*Ostirala, 18:00 eta 19:00
*Larunbata, 11:45

Prezioa:	Abonatuak	Ez abonatuak
Hilabetea / mes	18 €	23 €
Hiruhilekoa / trimestre	49 €	62 €



ZUMBA



Non: Kiroldegian

Asteartea eta osteguna, 10:15, 18:30 eta 20:30

Prezioa:	Abonatuak	Ez abonatuak
Hilabetea / mes	31 €	41 €
Hiruhilekoa / trimestre	84 €	111 €

GAZTE EKINTZAK



Non: Kiroldegian Spinninga/Zumba/Body tonoa

Asteartea 17:30 eta ostirala 18:30

Prezioa:	Abonatuak	Ez abonatuak
Hilabetea / mes	30 €	40 €
Hiruhilekoa / trimestre	81 €	108 €

PILATESA



Non: Kultur etxean (KU) eta Kiroldegian (K)

Astelehena eta asteazkena, 15:00 (K), 18:30 eta 19:30 (KU)

Asteartea eta osteguna, 9:15 (K) eta pilates terapeutikoa 17:30 (KU)

**Norbanako testa, 30 min. / Test individual, 30 min. (K)

Prezioa:	Abonatuak	Ez abonatuak
Hilabetea / mes	36 €/ **16€	46 €/ **21€
Hiruhilekoa / trimestre	97 €	124 €

Berria
Nuevo

NORDIC WALKING



Non: Kiroldegian

ostirala eta larunbata, 18:30

5 orduko IKASTAROA

Prezioa:	Abonatuak	Ez abonatuak
	27 €	37 €

BODY TONOA



Non: Kiroldegian

Astelehena eta asteazkena, 19:30

Ostirala, 09:15*

Prezioa:	Abonatuak	Ez abonatuak
Hilabetea / mes	31 €/ *16 €	41 €/ *21 €
Hiruhilekoa / trimestre	84 €/ *43 €	111 €/ *57 €

ADIMEN URRIKOENTZAKO GIMNASIA



Non: Kiroldegian

Astelehena eta asteazkena, 18:30

Prezioa:	Abonatuak	Ez abonatuak
Hilabetea / mes	16 €	43 €
Hiruhilekoa / trimestre	26 €	70 €

GIMNASIA SENIOR 60 +



Non: Kiroldegian

Asteartea eta osteguna, 11:15

Prezioa:	Abonatuak	Ez abonatuak
Hilabetea / mes	16 €	26 €
Hiruhilekoa / trimestre	43 €	70 €

BODY BALANZEA HIOPRESIBOAK



Non: Kultur etxean (KU) eta Kiroldegian (K)

Astelehena eta asteazkena, 17:30 (KU)

Ostirala, 10:15 (K) (**soilik hipopresiboak)

Prezioa:	Abonatuak	Ez abonatuak
Hilabetea / mes	36 €/ **18€	46 €/ **23€
Hiruhilekoa / trimestre	97 €/ **49€	124 €/ **62€

SPININGA



Non: Kiroldegian

Astelehena eta asteazkena, 18:30 eta 19:30

Asteartea eta osteguna, 09:15, 13:15 eta 17:30

Prezioa:	Abonatuak	Ez abonatuak
Hilabetea / mes	31 €	41 €
Hiruhilekoa / trimestre	84 €	111 €