

## SAIOEN HASIERA ETA IZEN EMATEAK / INSCRIPCIONES Y COMIENZO DE LAS CLASES

Lehorreko eta aqagym-eko saio gidatuak irailaren 16an hasiko dira. Izen emateak abuztuaren 26an zabaldu eta irailaren 6an amaituko dira. Izen ematea amaitutakoan, ZOZKETA egingo da. / Las clases de aqagym y de zona seca comenzarán el 16 de septiembre. El plazo de inscripción se abrirá el 26 de agosto y terminará el 6 de septiembre. Al finalizar el plazo de inscripción se hará el SORTEO.

Igeriketa saioak urriaren 1ean hasiko dira. Izen emateak irailaren 12an zabaldu eta 23an amaituko dira. Izen ematea amaitutakoan, ZOZKETA egingo da / Las clases de natación comenzarán el 1 de octubre. Las inscripciones se abrirán el 12 de septiembre y se terminarán el 23. Al finalizar el plazo de inscripción se hará el SORTEO.

## SAIOETAN BAJA EMATEA/ DARSE DE BAJA EN LAS CLASES

Ikastaroetako bajak hurrengo hiru hilabete hasi baino lehen soilik egin ahal izango dira. Hiru hilabetea hasten den unean Baja emanaz gero, hiru hilabete osoa ordaindu beharko da. / Solo se podrá darse de baja en cursos antes de que empiece el siguiente trimestre. En caso de darse de baja una vez empezado el trimestre, se ejecutará el pago de todo el trimestre.

### Informazio orokorra/Información general

- ✓ Plaza gordetzeko, beharrezkoa da izen emate orria behar bezala beteta eta sinatuta aurkeztea. Emailaz ere bidali daiteke (izen emate epea zabaldu baino lehen jasotako emailak ez dira kontuan izango). / Para guardar la plaza, es necesario entregar la hoja de inscripción rellena y firmada. También se pueden entregar por correo electrónico (los emails recibidos antes de la apertura de inscripciones, no se tendrán en cuenta).
- ✓ Erabiltzaileak bere gain hartzen du jardueren ondorioz jasan ditzakeen lesioen arriskua. / El/la usuario/a asume el riesgo de lesiones que pudiera sufrir por causa de la práctica normal de la actividad.
- ✓ Bi ikastaro edo gehiago eginez gero (gutxienez batek bi egunekoa izan behar du), jarduera merkeena erdi prezioan (%50) kobratuko da. / A partir del segundo cursillo (siempre que uno de ellos sea de dos días) el más barato se pagará la mitad (50%).

**mm**  
MANUEL MUÑOZ  
KIROLDEGIA

# KIROL JARDUERAK 2024-2025

ACTIVIDADES DEPORTIVAS



## 2024-2025

Iraila /Septiembre							Urria /Octubre							Azaroa /Noviembre								
2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10		
9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17		
16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24		
23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31	25	26	27	28	29	30						
30																						
Abendua /Diciembre							Urtarrila/Enero							Otsaila/Febrero								
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9		
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16		
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23		
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30	31	24	25	26	27	28						
30	31																					
Martxo/Marzo							Apirila/Abril							Maiatza/Mayo								
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11		
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18		
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25		
24	25	26	27	28	29	30	28	29	30	26	27	28	29	30	31							
31																						
Ekaina/Junio							Uztaila/Julio							Jarduerarik ez								
2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13	Orduetegi normalak								
9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20	Ate irekiak								
16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27	ordutegi bereziak								
23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31	igerilekuko jarduerarik ez											
30																						

## PREZIOAK/PRECIOS

		Abo	Ez abo
WELLNESS	Astean 120´semanales	45,00 €	58,50 €
(PILATESA, HIPOPILATESA...)	Astean 60´semanales	23,00 €	30,00 €
FITNESS (BODY TONOA, AQUAGYMA, HELDUEN IGERIKETA...)	Astean 120´semanales	39,00 €	52,00 €
	Astean 60´semanales	20,50 €	26,50 €
ERORKETA PREBENTZIOA	Astean 120´semanales	20,50 €	26,50 €
	Astean 60´semanales	10,25 €	13,50 €
IGERIKETA UMEAK	Astean 45´semanales	17,50 €	22,50 €
	Astean 30´semanales	11,50 €	14,50 €

## LEHORREKO JARDUERAK / ACTIVIDADES DE SECO

### PILATESA

Astelehen eta asteazken 18:30 / 19:30

Astearte eta ostegun 10:15 / 15:00 / 17:30

### HIPOPILATESA

Astelehena 17:30

### ERORKETA PREBENTZIOA

Astelehen eta asteazken 10:30

### ATZEGI GIMNASIA

Astelehen eta asteazken 18:00

### INDOOR TXIRRINDULARITZA

Astearte eta ostegun 9:15 / 18:30 / 19:30

### ZUNBA

Asterate eta ostegun 18:30

Astearte eta ostegun 09:15

### BODY TONOA

Astelehen eta asteazken 19:00 / 20:00

### K.O.I ekintza (Mugituz bizi ekimenetik)

Astearte eta ostegun 08:15 / 10:15

### BACHATA

Astearte eta ostegun 19:30

### FITNESS AHOLKULARI ZERBITZUA

Astearte eta ostegunetan 11:15 / 18:30\*

\*Arratsaldetako fitness aholkulari zerbitzua 2 ordukoa izango da

## URETAKO JARDUERAK / ACTIVIDADES DE AGUA

### AQUAGYMA

Asteazken eta ostiral 8:30 / 9:30

Astelehen eta ostegun 19:00

Larunbat 9:30

### HELDUEN IGERIKETA

Hasiberriak. Astel. eta asteaz. 19:45

Aurreratuak. Asteazkena 18:00

Osteguna 19:30

### 3-4 URTEKOAK (2020 ETA 2021 URTEETAN JAIKOAK)

Asteazkena 17:30

Osteguna 16:45

Ostirala 17:30



### OLAGARROAK

Astelehena 16:45

Astearte 17:30

Asteazkena 16:45



### KARRAMARROAK

Astelehena 17:30

Astearte 16:45

Ostirala 16:45

Larunbata 10:30



### IGELAK

Astelehena 18:15

Astearte 19:00

Osteguna 17:15

Larunbata 11:15



### AMUARRAINAK

Astearte 18:15

Asteazkena 19:00

Larunbatak 12:00



### IZURDEAK

Osteguna 18:00

Ostirala 18:00

### MARRAZOAK

Astelehena 19:00

Osteguna 18:45



KONTAKTUA/ contacto  
943715328 / 610865954  
kiroldegia@eskoriata.eus  
www.eskoriata.eus

**MANUEL MUÑOZ  
KIROLDEGIA**

