



OFERTA DE ACTIVIDADES MUNICIPALES DEPORTIVAS Y DE ACTIVIDAD FÍSICA

ACTIVIDADES DEPORTE INFANTIL

Los grupos se forman por edades según las siguientes categorías:

Pre-Benjamín: años de nacimiento: 2012 y 2013.

Benjamín: años de nacimiento: 2010 y 2011.

Alevín: años de nacimiento: 2008 y 2009.

Infantil: años de nacimiento: 2006 y 2007.

Cadete: años de nacimiento: 2004 y 2005.

Juvenil: años de nacimiento: 2002 y 2003.

• **FÚTBOL.**

- *Prebenjamín nacidos 2013-12.*
- *Benjamín nacidos 2010-11.*
- *Alevín nacidos 2008-09.*

Propuesta de horarios:

Miércoles y viernes tarde.

En función de la demanda se pueden agrupar más categorías

Precio matricula, 9€.

Precio mensual, 15€.

• **GIMNASIA RÍTMICA.**

Propuesta de horarios:

Martes y jueves tarde.

En función de la demanda se pueden agrupar más categorías

Precio matricula, 9€.

Precio mensual, 15€.

• **TENIS.**

Propuesta de horarios:

A determinar. Se agruparán por categorías de edad.

Precio matricula, 9€.

Precio mensual, 15€.

• **BALONCESTO.**

Propuesta de horarios:

A determinar. Se agruparán por categorías de edad.



Precio matricula, 9€.

Precio mensual, 15€.

- **BALONMANO.**

Propuesta de horarios:

A determinar. Se agruparán por categorías de edad.

Precio matricula, 9€.

Precio mensual, 15€.

- **ATLETISMO.**

Propuesta de horarios:

A determinar. Se agruparán por categorías de edad.

Precio matricula, 9€.

Precio mensual, 15€.

- **MOUNTAIN BIKE.**

Propuesta de horarios:

A determinar. Se agruparán por categorías de edad.

Precio matricula, 9€.

Precio mensual, 15€.

- **BAILE MODERNO.**

- *Infantil- pequeños: nacidos entre 2012-2015*

Propuesta de horarios: martes y jueves

- *Infantil-Juvenil: nacidos 2011-2006*

Propuesta de horarios: martes y jueves

ACTIVIDADES ADULTOS

Precio matricula, 9€.

Precio mensual, 15€.

- **ZUMBA**

Propuesta de horarios: Lunes-Miércoles de 20h a 21h.

- **PILATES**

Propuesta de horarios:

- *Pilates mañana, m-j de 9,30 a 10,30.*
- *Pilates tarde, m-j de 20 a 21*

- **GIMNASIA MANTENIMIENTO**

Propuesta de horarios: martes y jueves de 18.15 a 19.15.

Ayuntamiento de Belmonte de Tajo

Plza. de la Constitución, 1, Belmonte de Tajo. 28390 (Madrid). Tfno. 918747215. Fax: 918747120



PROGRAMA MUÉVETE EN LA PLAZA.

IV Edición Programa de colaboración institucional en proyectos de actividad física y salud de la Comunidad de Madrid

- **PSICOMOTRICIDAD.** Actividad gratuita para niños de 3 a 5 años.

Propuesta de horarios:

Lunes de 17:30 a 18:30 en las instalaciones de Casa de Cultura y en la Plaza de la Constitución.

- **MUEVETE EN LA PLAZA (ESCOLARES).** Actividades de juego y deporte gratuitas para niños y niñas de 6 a 13 años. Mensualmente se informará de la programación y se deberá entregar la inscripción firmada por padre, madre o tutores.

Propuesta de horarios:

Lunes de 16:00 A 17.30h. en la Plaza de la Constitución.

- **SENDERISMO ADULTOS.** Actividad gratuita, tendrá prioridad la población adulta, mayores de 50 años que no realicen ningún tipo de actividad física. Los participantes deberán acudir al centro de salud y participar en el programa "Educación para la Salud".

Propuesta de horarios:

Martes y jueves de 11:30 a 13:00h. Rutas metrominuto.

- **ENTRENAMIENTO FUNCIONAL.** Actividad gratuita para jóvenes de 14 a 30 años. Lo mayores de 30 años solo podrán apuntarse si quedan plazas vacantes.

Propuesta de horarios:

Lunes de 18:30 a 19:30 y miércoles de 19:30 a 20:30h. en la Casa de Cultura y ocasionalmente en la Plaza de la Constitución.

Los horarios son orientativos pueden sufrir modificaciones, una vez formados los cursos se informará de los horarios definitivos.

SUGERENCIAS:

¿Qué actividad te gustaría realizar?