



2018ko IKASTAROAK



Urria-Abendua

Ikastaroetan izen-ematea:

Epea: Irailaren 23ra arte **Harrera bulegoan**

Behin-behineko onartuen zerrendak Irailaren 24an **Iragarki-taulan**

BEHIN BETIKO onartuen zerrendak Irailaren 25ean **Iragarki-taulan**

Plazen esleipena (ordainketa egindakoan) Irailaren 30era arte **Harrera bulegoan**

Plaza libreak Urriaren 1etik aurrera **Harrera bulegoan**

Ikastaroen HASIERA Urriaren 1ean

Igeri ikastaroetako FROGA-MAILA *Irailaren 19an 19:30tan*



Urria-Abendua

JARDUERA FISIKOA

FIT-BIKE (CYCLING)

C1	Astelehen/asteazkn	10:30-11:25
C3	Astelehen/asteazkn	18:30-19:25
C5	Astelehen/asteazkn	20:30-21:25

PILATES

P1	Asteartea/osteguna	10:30-11:25
P3	Astelehen/asteazkn	18:30-19:25
P4	Astelehen/asteazkn	19:30-20:25
P5	Astelehen/asteazkn	20:30-21:25

AERO-ZUMBA

AZ1	Asteartea/osteguna	18:30-19:25
------------	--------------------	-------------

CROSS-TRAINING

CT	Astelehena/asteazkena	19:30-21:25
-----------	-----------------------	-------------

MULTI-FITNESS

MF1	Astelehena/asteazkena	14:45-15:40
MF2	Asteartea/osteguna	20:30-21:25

FIT-INTEGRALA >65 urte

I65	Astelehena/asteazkena	11:30-12:25
------------	-----------------------	-------------

FIT-INTEGRALA

Tone/Combat/Balance

IF1	Astelehena/asteazkena	09:30-10:25
IF2	Asteartea/osteguna	19:30-20:25

URETAKO JARDUERA

AQUA-FIT

AG1	Asteartea/osteguna	10:30-11:25
AG2	Asteartea/osteguna	19:30-20:25

MANTENIMENDUA

UM1	Asteartea/osteguna	09:30-10:25
UM2	Asteartea/osteguna	18:30-19:25

65 URTETIK GORA

U65	Asteartea/osteguna	08:45-09:30
------------	--------------------	-------------

ANIZTASUN FUNTZIONALA

UDN	Asteartea/osteguna	18:45-19:30
------------	--------------------	-------------

GERI IKASTAROAK

AUTONOMIA (1.maila)

U1	Astelehena/asteazkena	18:30-19:25
-----------	-----------------------	-------------

TEKNIKA (2.maila)

U2	Astelehena/asteazkena	19:30-20:25
-----------	-----------------------	-------------

HILEKO ZENBATEKOA

ABONATUAK (BAI)	astean 2 saio	26,45 €
	astean 4 saio	46,00 €
	astean 6 saio	64,20 €

ABONATUAK (EZ)	astean 2 saio	51,15 €
	astean 4 saio	84,00 €
	astean 6 saio	102,20 €

HIRUHILEKO ZENBATEKOA (Ikasketa mailakoak)

Abonat (BAI)	astean 2 saio	89,90 €
--------------	---------------	---------

Abonat (EZ)	astean 2 saio	126,80 €
-------------	---------------	----------

PREZIOAK

2018-2019ko Umeen Igeri IKASTAROAK



Urria-Abendua



Ikastaroetan izen-ematea:

Epea:	Irailaren 17rarte	Harrera bulegoan
Behin-behineko onartuen zerrendak	Irailaren 18an	Iragarki-taulan
BEHIN BETIKO onartuen zerrendak	Irailaren 20an	Iragarki-taulan
Plazen esleipena (ordainketa egindakoan)	Irailaren 27ra arte	Harrera bulegoan
Plaza libreak	Irailaren 28tik aurrera	Harrera bulegoan
Ikastaroen HASIERA	Urriaren 1ean	
Igeri ikastaroetako FROGA-MAILA	Irailaren 11n	2014an jaiotakoak (4urte) 17:00etatik 17:30etara 2013an jaiotakoak (5urte) 17:30etatik 18:00etara 2012an eta aurretik jaiotakoak(6urtetik aurrera)18:00etan
	irailaren 12an	Aurreko egunean ezin izan direnak etorri 19:00etatik aurrera

2018-2019ko Umeen Igeri IKASTAROAK



Urria-Abendua



UMEENTZAKO IGERI IKASTAROAK

3 Urtekoentzat

TRIPITRAPU

U31 Asteartea/osteguna 16:15-17:00

U32 Asteartea/osteguna 17:00-17:45

4-6 Urtekoentzat

ITSAS ZALDIA (2.maila)

U421 Astelehen/asteazkn 16:15-17:00

U422 Astelehen/asteazkn 17:00-17:45

U423 Astelehen/asteazkn 17:45-18:30

≥ 5 Urtekoentzat

ITSAS-TXAKURRA (1.maila)

U611 Asteartea/osteguna 17:45-18:30

4-6 Urtekoentzat

DORTOKA (1.maila)

U411 Astelehen/asteazkn 16:15-17:00

U412 Astelehen/asteazkn 17:00-17:45

U413 Astelehen/asteazkn 17:45-18:30

≥ 5 Urtekoentzat

PINGUINO (3.maila)

U431 Asteartea/osteguna 16:15-17:00

U432 Asteartea/osteguna 17:00-17:45

≤ 12 Urtekoentzat

ITSAS-IZARRA (arreta berezia)

UDU1 Asteartea/osteguna 17:45-18:15

HIRUHILEKO ZENBATEKOA (Ikasketa mailakoak)

Abonat (BAI) asteen 2 saio **89,90 €**

Abonat (EZ) asteen 2 saio **126,80 €**