



2018/19
**ESCUELAS
DEPORTIVAS**
patronato de deportes
AYUNTAMIENTO DE LA RINCONADA



Saluda

Una temporada más y con toda la ilusión posible, ponemos en marcha desde el Patronato Municipal de Deportes nuestras Escuelas Deportivas para la temporada 2018-2019.

En las Escuelas Deportivas de La Rinconada se dan cita muchos de los valores que emanan del deporte, en cuanto a la educación y a la promulgación de hábitos de vida saludable, sirviendo como ayuda para formar mejores personas y así poder afrontar los diferentes desafíos que se presentan en la vida cotidiana.

Con la puesta en marcha de todas y cada una de las disciplinas deportivas, destinadas a todas las edades, ponemos de manifiesto las innumerables posibilidades con las que contamos en este municipio, con instalaciones deportivas y profesionales que siempre dan lo mejor de sí mismo para llevar al deporte de La Rinconada al lugar que ocupa en la actualidad.

Desde el Patronato de Deportes de La Rinconada me gustaría invitar a todas las personas que así lo deseen a participar en alguna de las Escuelas Deportivas Municipales de niños o adultos, para poder seguir contando con una ciudadanía que tiene en el deporte un motor de vida.

D. José Manuel Romero Campos

Concejal Delegado de Deportes



ACTIVIDADES FÍSICAS PARA NIÑOS

para más información en: pmdlarinconada.es

PSICOMOTROCIDAD

CEIP Júpiter
CEIP Blanca de los Ríos
Pabellón Agustín Andrade

días	horarios	edad	plazas
L - X	17'00 - 18'00	3 y 4	25
M - J	17'00 - 18'00	3 y 4	25
L - X	17'00 - 18'00	3 y 4	25

INICIACIÓN DEPORTIVA

CEIP Júpiter
CEIP Blanca de los Ríos
Pabellón Agustín Andrade

L - X	16'00 - 17'00	5 y 6	25
M - J	16'00 - 17'00	5 y 6	25
L - X	16'00 - 17'00	5 y 6	25

YOGA PARA NIÑ@S

Sala U.M. Estadio Felipe del Valle

M - J	17'00 - 18'00	7 a 11	20
-------	---------------	--------	----

ATLETISMO

Estadio Felipe del Valle
Estadio Felipe del Valle
Estadio Felipe del Valle
Estadio Felipe del Valle

L - X	16'00 - 17'00	5 a 8	25
L - X	17'00 - 18'00	9 a 15	25
M - J	16'00 - 17'00	5 a 8	25
M - J	17'00 - 18'00	9 a 15	25

BÁDMINTON

CEIP Ntra. Sra. del Patrocinio
CEIP Ntra. Sra. del Patrocinio
CEIP Los Azahares

L - X	16'00 - 17'00	6 a 11	16
L - X	17'00 - 18'00	12 a 16	16
M - J	18'00 - 17'00	6 a 12	16

BALONMANO

Pabellón Fernando Martín

M - J	16'00 - 17'00	6 a 12	25
-------	---------------	--------	----

BALONCESTO

Pabellón Fernando Martín
Pabellón Fernando Martín
CEIP Pepe González
CEIP Los Azahares

L - X	16'00 - 17'00	12 a 16	25
L - X	17'00 - 18'00	6 a 12	25
M - J	16'00 - 17'00	6 a 12	25
M - J	17'00 - 18'00	6 a 12	25

BICICLETA

CEIP Pepe González

M - J	17'00 - 18'00	7 a 15	15
-------	---------------	--------	----

PATINAJE

Polideportivo "Castañita"

M - J	16'00 - 17'00	7 a 15	15
-------	---------------	--------	----

BAILE MODERNO

CEIP Pepe González
CEIP Los Azahares

L - X	18'00 - 19'00	7 a 16	25
L - X	17'00 - 18'00	7 a 16	25

PEQUE RÍTMICA

CEIP Maestro Antonio Rguez.
Pabellón M. Agustín Andrade

L - X	17'00 - 18'00	3 y 4	20
M - J	17'00 - 18'00	3 a 5	20

PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Polideportivo "Castañita"

L - X	18'00 - 19'00	12 a 20	16
-------	---------------	---------	----

ACTIVIDADES FÍSICAS PARA NIÑOS

para más información en: pmdlarinconada.es

GIMNASIA RÍTMICA

CEIP Ntra. Sra. Patrocinio
 CEIP Ntra. Sra. Patrocinio
 CEIP Ntra. Sra. Patrocinio
 CEIP Maestro Antonio Rguez.
 CEIP Maestro Antonio Rguez.
 Pabellón Agustín Andrade
 Pabellón Agustín Andrade

días

M - J
 M - J
 M - J
 L - X
 L - X
 M - J
 M - J

horarios

16'00 - 17'00
 17'00 - 18'00
 18'00 - 19'00
 16'00 - 17'00
 18'00 - 19'00
 16'00 - 17'00
 18'00 - 19'00

edad

5 a 7
 8 a 11
 12 a 14
 5 a 7
 8 a 14
 6 a 8
 9 a 14

plazas

50
 25
 25
 25
 25
 25
 25

FÚTBOL - 7

Polideportivo "Castañita"
 Polideportivo "Castañita"
 Estadio Felipe del Valle
 Estadio Felipe del Valle
 Estadio Felipe del Valle
 Estadio Felipe del Valle
 Polideportivo "El Santísimo"
 Polideportivo "El Santísimo"

L - X
 L - X
 L - X
 L - X
 M - J
 M - J
 L - X
 L - X

16'00 - 17'00
 17'00 - 18'00
 16'00 - 17'00
 16'00 - 17'00
 16'00 - 17'00
 16'00 - 17'00
 16'00 - 17'00
 17'00 - 18'00

9 a 11
 12 a 15
 7 y 8
 9 a 11
 12 a 15
 9 a 11
 7 a 9
 10 a 14

30
 30
 30
 30
 30
 30
 30
 30

FÚTBOL SALA

Pabellón Agustín Andrade
 Pabellón Agustín Andrade

L - X
 L - X

16'00 - 17'00
 17'00 - 18'00

6 a 8
 9 a 12

20
 20

PÁDEL

Polideportivo "Castañita"
 Polideportivo "Castañita"
 Polideportivo "Castañita"
 Polideportivo Anexo Piscina C.
 Polideportivo Anexo Piscina C.
 Polideportivo "El Santísimo"
 Polideportivo "El Santísimo"

L - X
 L - X
 M - J
 L - X
 L - X
 L - X
 L - X

16'00 - 17'00
 17'00 - 18'00
 17'00 - 18'00
 16'00 - 17'00
 17'00 - 18'00
 16'00 - 17'00
 17'00 - 18'00

8 a 11
 12 a 15
 8 a 11
 8 a 11
 12 a 15
 8 a 11
 12 a 15

10
 20
 20
 10
 10
 10
 20

MINI TENIS

Polideportivo "Castañita"
 Polideportivo "Castañita"

L - X
 L - X

17'00 - 18'00
 18'00 - 19'00

4 y 5
 6 y 7

10
 10

TENIS

Polideportivo "Castañita"
 Polideportivo "Castañita"
 Polideportivo "Castañita"
 Polideportivo "Castañita"
 Polideportivo "Castañita"
 Polideportivo "El Santísimo"
 Polideportivo "El Santísimo"

L - X
 L - X
 M - J
 M - J
 M - J
 M - J
 M - J

16'00 - 17'00
 17'00 - 18'00
 16'00 - 17'00
 17'00 - 18'00
 17'00 - 18'00
 17'00 - 18'00
 17'00 - 18'00

8 a 11
 12 a 15
 8 a 11
 12 a 15
 12 a 15
 8 a 11
 12 a 15

12
 12
 12
 12
 12
 12
 12

VOLEIBOL

CEIP Los Azahares
 CEIP Pua / P. Anexo PC

M - J
 M - J

18'00 - 19'00
 19'15 - 20'15

11 a 16
 11 a 16

20
 20

ZUMBA KIDS

CEIP Maestro Antonio Rguez.
 CEIP Maestro Antonio Rguez.

M - J
 M - J

16'00 - 17'00
 17'00 - 18'00

6 a 10
 11 a 14

25
 25

ACTIVIDADES FÍSICAS PARA ADULTOS

para más información en: pm@larinconada.es

GIMNASIA INTEGRAL

Pabellón M. Fernando Martín
CEIP Ntra. Sra. Patrocinio
Pabellón Agustín Andrade
Pabellón Agustín Andrade

días

L - X - V
L - X - V
L - X - V
L - X - V

horarios

09'30 - 10'30
20'00 - 21'00
09'30 - 10'30
19'00 - 20'00

edad

16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59

plazas

30
30
30
30

MANTENIMIENTO FÍSICO

Estadio Felipe del Valle
CEIP Ntra. Sra. Patrocinio

L - X - V
L - X - V

10'00 - 11'00
19'00 - 20'00

16 a 59
16 a 59

30
30

PILATES

Sala U.M. Estadio Felipe del Valle
Sala U.M. Estadio Felipe del Valle
Sala U.M. Estadio Felipe del Valle
Sala U.M. Estadio Felipe del Valle
Sala U.M. Estadio Felipe del Valle
CEIP Maestro Antonio Rguez.
Hogar del Pensionista Rinconada
Hogar del Pensionista Rinconada
Hogar del Pensionista Rinconada
Hogar del Pensionista Rinconada

L - X
L - X
M - J
M - J
M - J
M - J
M - J
M - J
M - J
M - J

18'00 - 19'00
19'00 - 20'00
09'15 - 10'15
10'15 - 11'15
18'15 - 19'15
19'00 - 20'00
09'30 - 10'30
10'30 - 11'30
19'00 - 20'00
20'15 - 21'15

16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59

30
30
30
30
30
30
18
18
25
18

TENIS

Polideportivo "Castañita"
Polideportivo "Castañita"
Polideportivo "Castañita"
Polideportivo "El Santísimo"
Polideportivo Anexo Piscina C.

L - X - J
L - X - J
L - X - J
L - X - J
L - X - V

19'00 - 20'00
20'00 - 21'00
21'00 - 22'00
19'00 - 20'00
10'00 - 11'00

16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59

10
10
10
10
10

PÁDEL

Polideportivo "Castañita"
Polideportivo "Castañita"
Polideportivo "Castañita"
Polideportivo "Castañita"
Polideportivo "Castañita"
Polideportivo "Castañita"
Polideportivo Anexo Piscina C.
Polideportivo Anexo Piscina C.
Polideportivo Anexo Piscina C.
Polideportivo Anexo Piscina C.
Polideportivo Anexo Piscina C.
Polideportivo Anexo Piscina C.
Polideportivo Anexo Piscina C.
Polideportivo Anexo Piscina C.
Polideportivo Anexo Piscina C.
Polideportivo "El Santísimo"
Polideportivo "El Santísimo"

L - X
L - X
L - X
M - J
M - J
M - J
L - X
L - X
L - X
L - X
M - J
M - J
M - J
M - J
M - J
L - X
L - X

18'00 - 19'30
19'30 - 21'00
21'00 - 22'30
18'00 - 19'30
19'30 - 21'00
21'00 - 22'30
09'30 - 11'00
18'00 - 19'30
19'30 - 21'00
21'00 - 22'30
09'30 - 11'00
18'00 - 19'30
19'30 - 21'00
19'30 - 21'00
21'00 - 22'30

16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59
16 a 59

10
10
10
10
10
10
10
10
10
10
10
10
10
10
10
10
10

** En los Cursos de Tenis y Pádel, el nivel de juego, deberá ser homogéneo dentro del grupo elegido, quedando a criterio del monitor, la posibilidad de cambiarlo de grupo.*

ACTIVIDADES FÍSICAS PARA ADULTOS

para más información en: pmcliarinconada.es

AERO - STEP

Pabellón Agustín Andrade

días	horarios	edad	plazas
M - J	20'00 - 21'00	16 a 59	30

BAILES DE SALÓN

CEIP Blanca de los Ríos

M - J	20'30 - 21'30	16 a 59	25
-------	---------------	---------	----

TAICHI

Sala U.M. Estadio Felipe del Valle

L - X	21'00 - 22'00	16 a 59	25
-------	---------------	---------	----

YOGA

Sala U.M. Estadio Felipe del Valle

L - X	20'00 - 21'00	16 a 59	25
-------	---------------	---------	----

Sala U.M. Estadio Felipe del Valle

M - J	11'15 - 12'15	16 a 59	25
-------	---------------	---------	----

Sala U.M. Estadio Felipe del Valle

M - J	20'30 - 21'30	16 a 59	25
-------	---------------	---------	----

Hogar del Pensionista Rinconada

M - J	19'00 - 20'00	16 a 59	18
-------	---------------	---------	----

ZUMBA FITNESS

Pabellón M. Fernando Martín

L - X	09'30 - 10'30	16 a 59	30
-------	---------------	---------	----

CEIP Blanca de los Ríos

L - X	19'45 - 20'45	16 a 59	30
-------	---------------	---------	----

CEIP Ntra. Sra. Patrocinio

L - X	21'00 - 22'00	16 a 59	30
-------	---------------	---------	----

Sala U.M. Estadio Felipe del Valle

M - J	19'30 - 20'30	16 a 59	30
-------	---------------	---------	----

CEIP Blanca de los Ríos

M - J	19'30 - 20'30	16 a 59	30
-------	---------------	---------	----

Pabellón Agustín Andrade

L - X	20'00 - 21'00	16 a 59	30
-------	---------------	---------	----

PATINAJE

Polideportivo "Castañita"

M	17'00 - 19'00	16 a 59	10
---	---------------	---------	----

ACTIVIDADES FÍSICAS PARA MAYORES

Iniciación a la práctica de gimnasia integral para mayores, con edades superiores a los 59 años

MAYORES EN FORMA

Estadio Felipe del Valle

días	horarios	edad	plazas
L - X - V	09'00 - 10'00	+ de 59	30

Pabellón M. Fernando Martín

L - X - V	10'30 - 11'30	+ de 59	60
-----------	---------------	---------	----

Pabellón M. Fernando Martín

L - X - V	11'30 - 12'30	+ de 59	30
-----------	---------------	---------	----

Pabellón M. Agustín Andrade

L - X - V	10'30 - 11'30	+ de 59	30
-----------	---------------	---------	----

** Los grupos podrán sufrir modificaciones según la demanda existente durante el periodo de Navidad, Semana Santa y Mes de Junio*

NATACIÓN COMO FUENTE DE SALUD

Piscina Cubierta Municipal
 Piscina Cubierta Municipal
 Piscina Cubierta Municipal
 Piscina Cubierta Municipal
 Piscina Cubierta Municipal

días	horarios	plazas
L - X - V	08'00 - 14'30	75
X - V	08'00 - 14'00	30
M - J	08'00 - 14'30	90
L - X - V	15'00 - 22'00	60
M - J	20'00 - 21'00	15
M - J	21'00 - 22'00	10

NATACIÓN TERAPÉUTICA (NIÑOS)

Piscina Cubierta Municipal
 Piscina Cubierta Municipal
 Piscina Cubierta Municipal
 Piscina Cubierta Municipal

L - X - V	16'00 - 17'00	15
X - V	16'00 - 17'00	15
M - J	17'00 - 18'00	9
M - J	18'00 - 19'00	15

HIDROTERAPIA INFANTIL

Piscina Cubierta Municipal
 Piscina Cubierta Municipal
 Piscina Cubierta Municipal

L - X	13'00 - 14'00	4
L - X	14'00 - 15'00	4
L - X	15'00 - 16'00	4

NATACIÓN ADAPTADA

Piscina Cubierta Municipal
 Piscina Cubierta Municipal

L - X - V	18'00 - 19'00	4
X - V	18'00 - 19'00	4

MATRONATACIÓN

Piscina Cubierta Municipal
 Piscina Cubierta Municipal

L - X - V	12'00 - 13'00	15
L - X - V	18'00 - 19'00	15

POST - PARTO

Piscina Cubierta Municipal

-	Según demanda	10
---	---------------	----

REEDUCACIÓN AL MOVIMIENTO

Sala U.M. Estadio M. F. del Valle
 Sala U.M. Estadio M. F. del Valle
 Sala U.M. Piscina Cubierta

X - V	11'00 - 12'00	15
L - X	12'00 - 13'00	15
M - J	20'00 - 21'00	15

SERVICIOS MÉDICO DEPORTIVO EN EL GABINETE DE MEDICINA DEPORTIVA

■ Bonos de recuperación funcional de lesiones deportivas e intervenciones quirúrgicas del aparato locomotor

- Reconocimientos médicos de aptitud deportiva
- Consultas dietética - nutrición
- Consultas médico - deportivas
- Servicios de fisioterapia y osteopatía

De 5 meses a 3 años
CURSOS PARA BEBÉS

días	horarios	días
L - X	17'00 - 17'30	M - J
L - X	17'30 - 18'00	M - J
L - X	18'00 - 18'30	V
L - X	18'30 - 19'00	V
S	11'30 - 12'00	
S	12'00 - 12'30	

Piscina Cubierta Municipal

De 3 a 5 años
CURSOS PARA PEQUES

días	horarios	días
L - X	16'40 - 17'25	
L - X	17'30 - 18'15	V
L - X	18'20 - 19'05	V
L - X	19'10 - 19'55	
M - J	15'50 - 16'35	
M - J	16'40 - 17'25	
M - J	17'30 - 18'15	
M - J	18'20 - 19'05	
M - J	19'10 - 19'55	

Piscina Cubierta Municipal

De 6 a 15 años
CURSOS PARA NIÑOS

días	horarios	días	días	horarios	días
L - X	16'00 - 16'50	V	L - X	17'05 - 17'55	L - X - V
L - X	17'00 - 17'50	V	L - X	18'05 - 18'55	
L - X	18'00 - 18'50	V	L - X	19'05 - 19'55	
L - X	19'00 - 19'50		M - J	16'05 - 16'55	
M - J	16'00 - 16'50		M - J	17'05 - 17'55	V
M - J	17'00 - 17'50		M - J	18'05 - 18'55	V
M - J	18'00 - 18'50		M - J	19'05 - 19'55	
M - J	19'00 - 19'50				

Natación aprendizaje **Piscina Cubierta Municipal** Natación perfeccionamiento

* Desde el 1 de Septiembre de 2018 al 30 de Junio de 2019



CURSOS PARA ADULTOS Y MAYORES De 16 a 65 años

días	horarios	días
L - X	M - J 08'05 - 08'55	L - X - V
----	M - J 09'05 - 09'55	L - X - V
L - X	---- 11'05 - 11'55	L - X - V
L - X	M - J 18'05 - 18'55	-----
L - X	M - J 19'05 - 19'55	L - X - V
L - X	---- 20'05 - 20'55	L - X - V
L - X	M - J 21'05 - 21'55	L - X - V
	M - J 22'05 - 22'55	L - X - V

días	horarios	días	días
----	08'05 - 08'55	L - X - V	L - X
M - J	09'05 - 09'55	L - X - V	L - X
----	10'05 - 10'55	L - X - V	L - X
----	11'05 - 11'55	L - X - V	L - X
M - J	18'05 - 18'55	-----	L - X
M - J	19'05 - 19'55	L - X - V	L - X
M - J	20'05 - 20'55	L - X - V	L - X
M - J	21'05 - 21'55	L - X - V	
M - J	22'05 - 22'55	L - X - V	

Natación aprendizaje **Piscina Cubierta Municipal**

Natación perfeccionamiento **Piscina Cubierta Municipal**

PARA ADULTOS De 16 a 65 años

días	horarios	días
V	09,05 - 09'55	M - J
L - X - V	10'05 - 10'55	M - J
L - X - V	20'05 - 20'55	----
----	21'05 - 21'55	M - J
L - X	09'05 - 09'55	----
----	20'05 - 20'55	M - J

GIMNASIA
ACUÁTICA

AQUARUNING

AQUAZUMBA



Piscina Cubierta Municipal

PARA MAYORES + de 65 años

Piscina Cubierta Municipal

NATACIÓN
APRENDIZAJE Y
PERFECCIONAMIENTO

NATACIÓN APRENDIZAJE
EN PISCINA
POCO PROFUNDA

GIMNASIA
ACUÁTICA

días	horarios	días
L - V	10'05 - 10'55	L - X - V
----	10'05 - 10'55	M - J
----		----
----		----
----	09'05 - 09'55	M - J
----	19'05 - 19'55	M - J
----		----
----		----
L - X - V	10'05 - 10'55	----
L - X - V	11'05 - 11'55	M - J

* Los horarios, días, denominación, tipo o formato de los cursos son orientativos. La disponibilidad de calles para Nado libre se publicará de forma bimestral

Proceso de Inscripción

Renovación: Del **10 al 20 de Septiembre**

Nuevas Inscripciones:

Mediante sorteo para la obtención de una cita. La recogida de números será desde el día **7 al 13 de Septiembre**. El **14 de Septiembre** se realizarán los sorteos.

Se presentarán las listas de las personas que hayan solicitado citas, 4 inscripciones por cada una. Las citas comenzarán el día **21 de Septiembre** pero no se le asegura la plaza en los cursos.

- Ingreso directo en la c/c del Patronato de Deportes:
CAJASUR IBAN: ES17 0237 - 0347 - 00 - 9170734895
- El pago de las actividades o servicios a renovar, deberá realizarse en la fecha explícita (Escuelas Deportivas de 3 a 16 años, véase el apartado de cuotas, para el resto véase el calendario de pago en los lugares de inscripción). Si en dicho periodo no se realizara la renovación, causaría baja en el programa inscrito.
- Los horarios e instalaciones podrán ser modificados atendiendo a la demanda.
- No se realizarán devoluciones una vez comenzados los grupos de las distintas modalidades deportivas, aunque el usuario no hubiera asistido.
- Los días, denominación, tipo o formato de los cursos son orientativos.

IMPORTANTE: Cuota anual

Abonado con tarifa reducida: 4,30 €

Abonado:/a: 8,60 €

ACTIVIDADES	EDADES	ABONAD@S TARIFA REDUCIDA	ABONAD@S
Escuelas Deportivas	de 3 a 16 años	15´ 10 € (cuatrimestre)	16´ 15 € (cuatrimestre)
Gimnasia Integral Mantenimiento Físico Aero-step - Pilates - Patinaje Bailes de Salón - Taichi Yoga - Zamba Fitness	de 16 a 59 años	23´ 10 € (Bimensual)	45´ 20 € (Bimensual)
Mayores en Forma	de 16 a 59 años		
Cursos de Tenis	de 13 en adelante	35´ 70 € (Bimensual)	49´ 60 € (Bimensual)
Cursos de Pádel	de 13 en adelante	41´ 50 € (Bimensual)	56´ 40 € (Bimensual)

PERIODO de Renovación del 3 al 16 de Enero de 2019
1er. Cuatrimestre: de Octubre /2018 a Enero 2019
2º. Cuatrimestre: de Febrero 2019 a Mayo 2019

- A los Abonad@s con tarifa reducida se le podrá aplicar las bonificaciones recogidas en el Art. "Bonificaciones" de la Ordenanza Reguladora de tasas y precios públicos vigentes.
- Las cuotas están sujetas a la Ordenanza Reguladora de tasas y precios públicos relativos a 2018 y podrán sufrir modificaciones en 2019.