REMITE: PATRONATO DE DEPORTES DE LA RINCONADA

CONTÁGIATE DEL ESPÍRITU OLÍMPICO

Tras un período muy complicado para toda la ciudadanía debido a la pandemia que nos ha tocado vivir, me vuelvo a dirigir a todos vosotros/as para presentar la nueva temporada de nuestras Escuelas Deportivas.

Dentro del deseo de alcanzar la tan ansiada "*normalidad*", creemos que este programa puede ayudar a recobrar las rutinas deportivas que teníamos antes de la pandemia y sobre todo, seguir promulgando los valores necesarios para afrontar nuestro día a día, con el firme convencimiento que el deporte es una ayuda inestimable para el ser humano.

La intención es poner en marcha todas las disciplinas deportivas que nos han venido acompañando en las últimas temporadas, siguiendo siempre todas las medidas sanitarias que indiquen las autoridades competentes. Contaremos con programas dirigidos a todas las edades que se impartirán en la red de instalaciones municipales de nuestro municipio.

Desde el Patronato de Deportes de La Rinconada me gustaría invitar a todas las personas que así lo deseen a participar en alguna de nuestras Escuelas Deportivas Municipales para beneficiarse de todas las ventajas que tiene el deporte y seguir gozando de unos hábitos de vida saludable.

D. Rafael Fernández Arteaga
Concejal Delegado

PROCEDIMIENTO DE INSCRIPCIÓN ESCUELAS DEPORTIVAS

Renovación: Del 10 al 20 de septiembre.

Nuevas inscripciones:

Mediante sorteo para la obtención de una cita. La recogida de números para el sorteo, será desde el día **6 al 13 de septiembre.** El **16 de septiembre** se realizarán los sorteos.

Se presentarán las listas de las personas que hayan solicitado citas, 4 inscripciones por cada cita.

Las citas comenzarán el día **23 de septiembre** pero no se le asegura la plaza en los cursos.

El pago de las actividades o servicios a renovar se podrá realizar:

-Ingreso directo en la c/c del Patronato de Deportes.

CAJASUR IBAN: ES17 0237 - 0347 - 00 - 9170734895

-Mediante pago con tarjeta bancaria / Domiciliación bancaria.

-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.

IMPORTANTE: Cuota anual:

Abonado con tarifa reducida 4,30 € Abonado/a 8,60 €

ACTIVIDADES	EDADES	ABONAD@s con tarifa reducida	ABONAD@s
Escuelas Deportivas Periodo de renovación: del 3 al 16 de Enero 2022	De 3 a 16 años	15,10 € (Cuatrimestre) 1er. Cuatrimestre: de Octubre '21 a Enero '22 2go. Cuatrimestre: de Febrero a Mayo '22	16,15 € (Cuatrimestre)
Gimnasia Integral Mantenimiento Físico Aerostep - Pilates Baile de Salón - Taichi Yoga -Zumba Fitness Flamenco Fitness	De 16 a 59 años	23,10 € (Bimensual)	45,20 € (Bimensual)
Mayores en Forma	A partir de 59 años	23,10 € (Bimensual)	45,20 € (Bimensual)
Curso de Tenis	De 13 en adelante	35,70 € (Bimensual)	49,60 € (Bimensual)
Curso de Pádel	De 13 en adelante	41,50 € (Bimensual)	56,40 € (Bimensual)

* 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 vigente.
* Las cuotas están sujetas a la Ordenanza Reguladora de tasas y precios públicos relativos a 2021 y podrán sufrir modificaciones en 2022.
* En el caso de que la situación producida por el COVID-19 diera lugar a la suspensión de dicho programa, la parte proporcional de la tasa ingresada será devuelta a cada usuari@ previa solicitud.

ACTIVIDADES FÍSICAS PARA NIÑ@S

Desde el 1 de octubre del 2021 al 31 mayo del 2022

	Días	Horarios	Edad
PSICOMOTRICIDAD *(75 plazas)*			
C.E.I.P. Júpiter	L-X	17:00 - 18:00	3-4
C.E.I.P. Blanca de los Ríos	M-J	17:00 - 18:00	3-4
Pabellón M. Agustín Andrade	L-X	17:00 - 18:00	3-4
INICIACIÓN DEPORTIVA *(75 plazas)*			
C.E.I.P. Júpiter	L-X	16:00 - 17:00	5-6
C.E.I.P. Blanca de los Ríos	M-J	16:00 - 17:00	5-6
Pabellón M. Agustín Andrade	L-X	16:00 - 17:00	5-6
ATLETISMO *(100 plazas)*			
Estadio M. Felipe del Valle	L-X	16:00 - 17:00	5-8
Estadio M. Felipe del Valle	L-X	17:00 - 18:00	9-15
Estadio M. Felipe del Valle	M-J	16:00 - 17:00	5-8
Estadio M. Felipe del Valle	M-J	17:00 - 18:00	9-15
BÁDMINTON *(48 plazas)*			
C.E.I.P. Ntra. Sra. Patrocinio	L-X	16:00 - 17:00	6-11
C.E.I.P. Ntra. Sra. Patrocinio	L-X	17:00 - 18:00	12-16
C.E.I.P. Los Azahares	M-J	17:00 - 18:00	6-12
BALONMANO *(25 plazas)*			
Pabellón M. Fernando Martín	M-J	16:00 - 17:00	6-12
BALONCESTO *(100 plazas)*			
Pabellón M. Fernando Martín	L-X	16:00 - 17:00	12-16
Pabellón M. Fernando Martín	L-X	17:00 - 18:00	6-12
C.E.I.P. Pepe González	M-J	16:00 - 17:00	6-12
C.E.I.P. Los Azahares	M-J	17:15 - 18:15	6-12
BAILE MODERNO *(50 plazas)*			
C.E.I.P. Pepe González	L-X	18:00 - 19:00	7-16
C.E.I.P. Los Azahares	M-J	17:00 - 18:00	7-16
BICICLETA *(15 plazas)*			
C.E.I.P. Pepe González	M-J	17:00 - 18:00	7-15
PATINAJE *(40 plazas)*			
Polideportivo "Castañita"	M-J	16:00 - 17:00	7-15
CEIP Los Azahares	M-J	17:15 - 18:15	7-15
PEQUE RÍTMICA *(60 plazas)*			
C.E.I.P. Maestro Antonio Rguez.	L-X	17:00 - 18:00	3-4
Pabellón M. Agustín Andrade	M-J	17:00 - 18:00	3-4
C.E.I.P. Ntra. Sra. Patrocinio	M-J	16:00 - 17:00	3-4
GIMNASIA RÍTMICA *(175 plazas)*			
C.E.I.P. Ntra. Sra. Patrocinio	M-J	16:00 - 17:00	5-7
C.E.I.P. Ntra. Sra. Patrocinio	M-J	17:00 - 18:00	8-14
C.E.I.P. Ntra. Sra. Patrocinio	M-J	18:00 - 19:00	PERF
C.E.I.P. Maestro Antonio Rguez.	L-X	16:00 - 17:00	5-7
C.E.I.P. Maestro Antonio Rguez.	L-X	18:00 - 19:00	8-14
Pabellón M. Agustín Andrade	M-J	16:00 - 17:00	5-7
Pabellón M. Agustín Andrade	M-J	18:00 - 19:00	8-14

ACTIVIDADES FÍSICAS PARA NIÑ@S

Desde el 1 de octubre del 2021 al 31 mayo del 2022

	Días	Horarios	Edad
FÚTBOL-7 *(270 plazas)*			
Polideportivo 'Castañita'	L-X	16:00 - 17:00	9-11
Polideportivo 'Castañita'	L-X	17:00 - 18:00	12-15
Estadio M. Felipe del Valle	L-X	16:00 - 17:00	7-8
Estadio M. Felipe del Valle	L-X	16:00 - 17:00	9-11
Estadio M. Felipe del Valle	M-J	16:00 - 17:00	12-15
Estadio M. Felipe del Valle	M-J	16:00 - 17:00	9-11
Polideportivo El Santísimo	L-X	16:00 - 17:00	7-8
Polideportivo El Santísimo	L-X	17:00 - 18:00	9-11
Polideportivo El Santísimo	L-X	18:00 - 19:00	12-14
FÚTBOL-SALA *(40 plazas)*			
Pabellón M. Agustín Andrade	L-X	16:00 - 17:00	6-8
Pabellón M. Agustín Andrade	L-X	17:00 - 18:00	9-12
PADEL *(100 plazas)*			
Polideportivo 'Castañita'	L-X	16:00 - 17:00	8-11
Polideportivo 'Castañita'	L-X	17:00 - 18:00	12-15
Polideportivo 'Castañita'	M-J	17:00 - 18:00	8-11
Polideportivo Anexo Piscina C.	L-X	16:00 - 17:00	8-11
Polideportivo Anexo Piscina C.	L-X	17:00 - 18:00	12-15
Polideportivo El Santísimo	L-X	16:00 - 17:00	8-11
Polideportivo El Santísimo	L-X	17:00 - 18:00	12-15
MINI TENIS *(20 plazas)*			
Polideportivo Anexo PC	L-X	17:00 - 18:00	4-5
Polideportivo Anexo PC	L-X	18:00 - 19:00	6-7
TENIS *(72 plazas)*			
Polideportivo 'Castañita'	L-X	16:00 - 17:00	8-11
Polideportivo 'Castañita'	L-X	17:00 - 18:00	12-15
Polideportivo 'Castañita'	M-J	16:00 - 17:00	8-11
Polideportivo 'Castañita'	M-J	17:00 - 18:00	12-15
Polideportivo El Santísimo	M-J	16:00 - 17:00	8-11
Polideportivo El Santísimo	M-J	17:00 - 18:00	12-15
VOLEIBOL *(40 plazas)*			
C.E.I.P. Los Azahares	M-J	18:15 - 19:15	11-16
C.E.I.P. Ntra. Sra. Patrocinio y P. Anexo PC	M-J	19:30 - 20:30	11-16
ZUMBA KIDS *(75 plazas)*			
C.E.I.P. Maestro Antonio Rguez.	M-J	16:00 - 17:00	6-10
C.E.I.P. Maestro Antonio Rguez.	M-J	17:00 - 18:00	11-14
Pabellón M. Agustín Andrade	L-X	18:00 - 19:00	8-14
PERSONAS CON DISCAPACIDAD *(16 plazas)*			
Polideportivo 'Castañita'	L-X	18:00 - 19:00	12-20

ACTIVIDADES FÍSICAS PARA ADULTOS

Actividades deportivas dirigidas a adultos, de edades comprendidas entre 16 y 59 años.

	Días	Horarios	Plazas
GIMNASIA INTEGRAL *(120 plazas)*			
Pabellón M. Fernando Martín	L-X-V	09:30 - 10:30	25
CEIP. Ntra. Sra. Patrocinio	L-X-V	20:00 - 21:00	25
Pabellón M. Agustín Andrade	L-X-V	09:30 - 10:30	25
Pabellón M. Agustín Andrade	L-X-V	19:00 - 20:00	25
MANTENIMIENTO FÍSICO *(60 plazas)*			
Estadio M. Felipe del Valle	L-X-V	10:00 - 11:00	25
CEIP. Ntra. Sra. Patrocinio	L-X-V	19:00 - 20:00	25
AERO-STEP *(25 plazas)*			
Pabellón M. Agustín Andrade	M-J	19:30 - 20:30	25
PILATES *(222 plazas)*			
Sala U.M. Estadio M. F. del Valle	L-X	18:00 - 19:00	25
Sala U.M. Estadio M. F. del Valle	L-X	19:00 - 20:00	25
Sala U.M. Estadio M. F. del Valle	M-J	09:15 - 10:15	25
Sala U.M. Estadio M. F. del Valle	M-J	10:15 - 11:15	25
Sala U.M. Estadio M. F. del Valle	M-J	18:00 - 19:00	25
CEIP. Maestro Antonio Rodríguez	M-J	19:15 - 20:15	25
Sala Los Silos	M-J	09:30 - 10:30	18
Sala Los Silos	M-J	10:30 - 11:30	18
Sala Los Silos	M-J	19:30 - 20:30	18
Sala Los Silos	M-J	20:30 - 21:30	18
BAILES DE SALÓN *(20 plazas)*			
CEIP. Blanca de los Ríos	M-J	20:30 - 21:30	25
PÁDEL *(150 plazas)*			
Polideportivo 'Castañita'	L-X	18:00 - 19:30	10
Polideportivo 'Castañita'	L-X	19:30 - 21:00	10
Polideportivo 'Castañita'	L-X	21:00 - 22:30	10
Polideportivo 'Castañita'	M-J	18:00 - 19:30	10
Polideportivo 'Castañita'	M-J	19:30 - 21:00	10
Polideportivo 'Castañita'	M-J	21:00 - 22:30	10
Polideportivo Anexo Piscina C.	L-X	18:00 - 19:30	10
Polideportivo Anexo Piscina C.	L-X	19:30 - 21:00	10
Polideportivo Anexo Piscina C.	L-X	21:00 - 22:30	10
Polideportivo Anexo Piscina C.	M-J	09:30 - 11:00	10
Polideportivo Anexo Piscina C.	M-J	18:00 - 19:30	10
Polideportivo Anexo Piscina C.	M-J	19:30 - 21:00	10
Polideportivo El Santísimo	L-X	19:30 - 21:00	10
Polideportivo El Santísimo	L-X	21:00 - 22:30	10
TENIS *(50 plazas)*			
Polideportivo 'Castañita'	L-X-J	19:00 - 20:00	10
Polideportivo 'Castañita'	L-X-J	20:00 - 21:00	10
Polideportivo 'Castañita'	L-X-J	21:00 - 22:00	10
Polideportivo El Santísimo	L-X-V	19:00 - 20:00	10
Polideportivo El Santísimo Perfecc	L-X-V	20:00 - 21:00	10
Polideportivo Anexo Piscina C.	L-X-V	10:00 - 11:00	10

ACTIVIDADES FÍSICAS PARA ADULTOS

Actividades deportivas dirigidas a adultos, de edades comprendidas entre 16 y 59 años.

	Días	Horarios	Plazas
YOGA *(93 plazas)*			
Sala U.M. Estadio M. F. del Valle	L-X	20:00 - 21:00	25
Sala U.M. Estadio M. F. del Valle	M-J	11:15 - 12:15	25
Sala U.M. Estadio M. F. del Valle	M-J	20:00 - 21:00	25
Sala Los Silos	M-J	18:30 - 19:30	18
ZUMBA FITNESS *(150 plazas)*			
Pabellón M. Fernando Martín	L-X	09:30 - 10:30	25
CEIP. Blanca los Ríos	L-X	19:45 - 20:45	25
CEIP. Ntra. Sra. Patrocinio	L-X	21:00 - 22:00	25
Sala U.M. Estadio M. F. del Valle	M-J	19:00 - 20:00	25
CEIP. Blanca los Ríos	M-J	20:15 - 21:15	25
Pabellón M. Agustín Andrade	L-X	20:00 - 21:00	25
TAICHI *(25 plazas)*			
Sala U.M. Estadio M. F.del Valle	M-J	21:00 - 22:00	25
FLAMENCO FITNESS *(25 plazas)*			
Sala U.M. Estadio M. F.del Valle	L-X	21:00 - 22:00	25

*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 FISICAS PARA MAYORES

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

	Días	Horarios	Plazas
MAYORES EN FORMA *(150 plazas)*			
Estadio M. Felipe del Valle	L-X-V	09:00 - 10:00	30
Pabellón M. Fernando Martín	L-X-V	10:30 - 11:30	60
Pabellón M. Fernando Martín	L-X-V	11:30 - 12:30	30
Pabellón M. Agustín Andrade	L-X-V	10:30 - 11:30	30

ACTIVIDADES ACUÁTICAS DE INVIERNO

Desde el 1 de Septiembre del 2021 al 31 de Junio de 2022

CURSOS PARA NIÑOS (6 - 15 años)

	Días	Horarios
Natación Aprendizaje		
Piscina Cubierta Municipal	L-X	16:00 - 16:50
Piscina Cubierta Municipal	L-X	17:00 - 17:50
Piscina Cubierta Municipal	L-X	18:00 - 18:50
Piscina Cubierta Municipal	L-X	19:00 - 19:50
Natación Perfeccionamiento		
Piscina Cubierta Municipal	L-X	17:05 - 17:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X	18:05 - 18:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X	19:05 - 19:55
Natación Perfeccionamiento		
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	17:05 - 17:55
Natación Aprendizaje		
Piscina Cubierta Municipal	M-J	16:00 - 16:50
Piscina Cubierta Municipal	M-J	17:00 - 17:50
Piscina Cubierta Municipal	M-J	18:00 - 18:50
Piscina Cubierta Municipal	M-J	19:00 - 19:50
Natación Perfeccionamiento		
Piscina Cubierta Municipal	M-J	16:05 - 16:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	17:05 - 17:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	18:05 - 18:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	19:05 - 19:55
Natación Aprendizaje *(Curso 1 Día/Semana)*		
Piscina Cubierta Municipal	V	17:00 - 17:50
Piscina Cubierta Municipal	V	18:00 - 18:50
Piscina Cubierta Municipal	V	19:00 - 19:50
Natación Perfeccionamiento *(Curso 1 Día/Semana)*		
Piscina Cubierta Municipal	V	17:05 - 17:55
Piscina Cubierta Municipal	V	18:05 - 18:55

CURSOS PARA PEQUES (3 - 5 años)

	Días	Horarios
Natación Peques		
Piscina Cubierta Municipal	L-X	16:40 - 17:25
Piscina Cubierta Municipal	L-X	17:30 - 18:15
Piscina Cubierta Municipal	L-X	18:20 - 19:05
Piscina Cubierta Municipal	L-X	19:10 - 19:55
Natación Peques		
Piscina Cubierta Municipal	M-J	15:50 - 16:35
Piscina Cubierta Municipal	M-J	16:40 - 17:25
Piscina Cubierta Municipal	M-J	17:30 - 18:15
Piscina Cubierta Municipal	M-J	18:20 - 19:05
Piscina Cubierta Municipal	M-J	19:10 - 19:55
Natación Peques *(Curso 1 Día/Semana)*		
Piscina Cubierta Municipal	V	16:40 - 17:25
Piscina Cubierta Municipal	V	17:30 - 18:15

ACTIVIDADES ACUÁTICAS DE INVIERNO

Desde el 1 de Septiembre del 2021 al 31 de Junio de 2022

CURSOS PARA BEBÉS (5 meses - 3 años)

	Días	Horarios
Natación Bebés		
Piscina Cubierta Municipal	L-X	17:00 - 17:30
Piscina Cubierta Municipal	L-X	17:30 - 18:00
Piscina Cubierta Municipal	L-X	18:00 - 18:30
Piscina Cubierta Municipal	L-X	18:30 - 19:00
Natación Bebés		
Piscina Cubierta Municipal	M-J	17:00 - 17:30
Piscina Cubierta Municipal	M-J	17:30 - 18:00
Natación Bebés		
Piscina Cubierta Municipal	V	18:00 - 18:30
Piscina Cubierta Municipal	V	18:30 - 19:00
Piscina Cubierta Municipal	S	11:30 - 12:00
Piscina Cubierta Municipal	S	12:00 - 12:30

CURSOS PARA ADULTOS Y MAYORES

	Días	Horarios
ADULTOS (16 - 65 años) **Gimnasia Acuática**		
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	10:05 - 10:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	20:05 - 20:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	21:05 - 22:55
Natación Aprendizaje		
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	08:05 - 08:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	09:05 - 09:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	11:05 - 11:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	19:05 - 19:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	20:05 - 20:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	21:05 - 21:55
Natación Perfeccionamiento		
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	08:05 - 08:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	09:05 - 09:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	10:05 - 10:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	11:05 - 11:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	19:05 - 19:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	20:05 - 20:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	21:05 - 21:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	22:05 - 22:55
Natación Aprendizaje		
Piscina Cubierta Municipal	L-X	08:05 - 08:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X	11:05 - 11:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X	18:05 - 18:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X	19:05 - 19:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X	20:05 - 20:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X	21:05 - 21:55
Natación Perfeccionamiento		
Piscina Cubierta Municipal	L-X	08:05 - 08:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X	09:05 - 09:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X	10:05 - 10:55

ACTIVIDADES ACUÁTICAS DE INVIERNO

Desde el 1 de Septiembre del 2021 al 31 de Junio de 2022

	Días	Horarios
Piscina Cubierta Municipal	L-X	11:05 - 11:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X	18:05 - 18:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X	19:05 - 19:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X	20:05 - 20:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X	22:05 - 22:55
Aquarunning		
Piscina Cubierta Municipal	L-X	09:05 - 09:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	09:05 - 09:55
Natación Aprendizaje		
Piscina Cubierta Municipal	M-J	08:05 - 08:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	09:05 - 09:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	18:05 - 18:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	19:05 - 19:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	21:05 - 21:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	22:05 - 22:55
Natación Perfeccionamiento		
Piscina Cubierta Municipal	M-J	09:05 - 09:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	18:05 - 18:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	19:05 - 19:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	20:05 - 20:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	21:05 - 21:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	22:05 - 22:55
Aquacrossfit		
Piscina Cubierta Municipal	M-J	20:05 - 20:55
Gimnasia Acuática		
Piscina Cubierta Municipal	M-J	09:05 - 09:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	10:05 - 10:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	21:05 - 21:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J-V	09:05 - 09:55
MAYORES (+65 años) **Gimnasia Acuática**		
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	10:05 - 10:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	11:05 - 11:55
Natación Perfeccionamiento		
Piscina Cubierta Municipal	M-J	10:05 - 10:55
Natación Aprendizaje en piscina poco profunda.		
Piscina Cubierta Municipal	L-X	10:05 - 10:55
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	10:05 - 10:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	09:05 - 09:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	10:05 - 10:55
Piscina Cubierta Municipal	M-J	19:05 - 19:55
Gimnasia Acuática		
Piscina Cubierta Municipal	M-J	11:05 - 11:55

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

ACTIVIDADES GABINETE DE MEDICINA DEPORTIVA

Desde el 1 de Septiembre del 2021 al 30 de Junio de 2022

	Días	Horarios	Plazas
NATACIÓN TERAPEÚTICA *(111 plazas)*			
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	08:00 - 09:00	9
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	09:00 - 10:00	9
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	11:00 - 12:00	9
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	13:00 - 14:00	9
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	19:00 - 20:00	10
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	21:00 - 22:00	11
Piscina Cubierta Municipal	M-J	08:00 - 09:00	9
Piscina Cubierta Municipal	M-J	09:00 - 10:00	9
Piscina Cubierta Municipal	M-J	11:00 - 12:00	9
Piscina Cubierta Municipal	M-J	13:00 - 14:00	9
Piscina Cubierta Municipal	M-J	21:00 - 22:00	18
HIDROTERAPIA *(108 plazas)*			
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	08:00 - 09:00	12
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	09:00 - 10:00	12
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	12:00 - 13:00	12
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	14:00 - 15:00	12
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	20:00 - 21:00	12
Piscina Cubierta Municipal	M-J	10:00 - 11:00	12
Piscina Cubierta Municipal	M-J	12:00 - 13:00	12
Piscina Cubierta Municipal	M-J	14:00 - 15:00	12
Piscina Cubierta Municipal	M-J	20:00 - 21:00	12
NATACIÓN TERAPEÚTICA NIÑOS *(31 plazas)*			
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	16:00 - 17:00	7
Piscina Cubierta Municipal	L-X	16:00 - 17:00	7
Piscina Cubierta Municipal	M-J	17:00 - 18:00	7
Piscina Cubierta Municipal	M-J	18:00 - 19:00	10
HIDROTERAPIA INFANTIL *(12 plazas)*			
Piscina Cubierta Municipal	L-X	13:00 - 14:00	4
Piscina Cubierta Municipal	L-X	14:00 - 15:00	4
Piscina Cubierta Municipal	L-X	15:00 - 16:00	4
NATACIÓN ADAPTADA *(7 plazas)*			
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	18:00 - 19:00	7
MATRONATACIÓN *(20 plazas)*			
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	12:00 - 13:00	10
Piscina Cubierta Municipal	L-X-V	18:00 - 19:00	10
POST-PARTO *(10 plazas)*			
Piscina Cubierta Municipal		Según demanda	10
REEDUCACIÓN AL MOVIMIENTO *(50 plazas)*			
Sala U.M. Estadio M. F.del Valle	X-V	11:00 - 12:00	15
Sala U.M. Estadio M. F.del Valle	L-X	12:00 - 13:00	15
Sala U.M Piscina Cubierta	M-J	18:00 - 19:00	10
Sala U.M Piscina Cubierta	M-J	20:00 - 21:00	10

SERVICIOS MÉDICO DEPORTIVO
EN EL GABINETE DE MEDICINA DEPORTIVA:

- Bonos de recuperación funcional de lesionesdeportivas e intervenciones quirúrgicas de aparato locomotor.
- Reconocimientos médicos de aptitud deportiva.
- Consultas dietética-nutrición.
- Consultas médico-deportivas.
- Servicios de fisioterapia y osteopatía.

ORGANIZA:

ayuntamiento de la rinconada

patronatodedeportes
Ayuntamiento de La Rinconada

COLABORAN:

Diputación de Sevilla

Junta de Andalucía
Consejería de Educación y Deporte

SEVILLA FASHION OUTLET

COMUNIDAD EDUCATIVA DE LA RINCONADA

Patrocinador Oficial

Coca-Cola