

INSCRIPCIÓN VERANO 2016

CITA PREVIA

Desde el 28 de abril para empadronados y a partir del 9 de mayo para no empadronados, por teléfono o presencialmente en horario de 9h. a 13h.:

Por teléfono : 955.768.960- 955.768.963 – 955.768.900 – 954.182.124 – 954.768.999
954.348.338

Presencialmente: Ayuntamiento de Mairena del Aljarafe – Instituto Municipal de Dinamización Ciudadana – Centro Socio Cultural los Alcores — Oficina Municipal de Lepanto .

LUGAR para realizar la inscripción (imprescindible con CITA PREVIA) en las oficinas del IMDC en el día y la hora citado. Instituto Municipal de Dinamización Ciudadana

Plaza Carlos Cano , nº 5. Mairena del Aljarafe

A PARTIR DEL 10 DE JUNIO SIN CITA

HORARIOS DE OFICINA

Del 12 de Mayo al 22 de Junio:

Mañanas: 09:00h. a 13:30h. de lunes a viernes.

Tardes: 17:30h. a 19:30h. los martes y miércoles.

Desde el **23 de junio hasta el 31 de Agosto**, sólo mañanas de 09:00h a 13:30h.

• **BONOS BAÑO PARA TOD@S - Piscinas Municipales**

Se atenderá **SIN CITA PREVIA** en las oficinas del IMDC , PLAZA CARLOS CANO Nº 5 **desde el 12 de mayo**

PROGRAMAS QUE SE REALIZARAN CON CITA PREVIA

- **CURSOS DE NATACION Y ACTIVIDADES ACUÁTICAS**
- **ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS CENTRO ACUÁTICO**
- **CAMPUS - ACTIVIDAD ACUÁTICA DE VERANO**

PISCINAS MUNICIPALES “BAÑO PARA TODOS”

- **BONOS DE ACCESO**

Permite a los ciudadanos acceder a las dos piscinas municipales a precio comparativamente más económicos que las entradas diarias.

- **MODALIDADES**

- Mensual
- De temporada

Válido para todo el calendario de apertura de piscina. Desde el 18 de junio al 31 de agosto.

TARIFAS BONOS PISCINA 2016

CONCEPTO	EMPADRONADOS (tarifa bonificada 25%)		NO EMPADRONADOS	
	TEMPORADA	MES	TEMPORADA	MES
	Pensionistas	0,00 €	0,00 €	-
Mayor 18 años	78'85€	37'50€	105'13€	50'00€
Matrimonio	141'93€	66'41€	189'24€	88'55€
Por cada hijo menor de 5 años	0'00€	0'00€	0'00€	0'00€
Por cada hijo entre 5 y 15 años	14'89€	7'23€	19'86€	9'64€
A partir del 3º hijo entre 5 y 15 años	12'26€	6'13€	16'35€	8'18€
*Por cada hijo de 16 a 25 años	21'02€	10'84€	28'03€	14'46€
Matrícula	10'00€			

* Para poder acogerse a la cuota de 16 a 25 años, tendrá que presentar certificado del INEM y de la Seguridad Social de que no percibe ingreso alguno.

- **FORMAS DE PAGO**

Cabe fraccionar el bono de temporada:

50% antes de la retirada de carnet

25% antes del 1 de julio

25% antes del 1 de agosto

- **PARA SOLICITAR EL BONO**

- **A partir del 12 de mayo** en las oficinas del IMDC en horario de mañanas de lunes a viernes de 09:00h. a 13:30h. y de tardes martes y miércoles de 17:30h. a 19:30h.

- **A partir del 23 de junio** en horario de mañana de 9:00h. a 13:30h (tardes cerrado).

INSTALACIONES

PISCINA COMPLEJO DEPORTIVO M. CAVALERI

Apertura: 21 de junio. **Clausura:** 31 de agosto. **Descanso:** lunes

PISCINA POLIDEPORTIVO M. FRANCISCO LEÓN (CASCO ANTIGUO)

Apertura: 18 de junio. **Clausura:** 31 de agosto. **Descanso:** martes

- **HORARIOS**

- Todos los días de 12:15h. a 20:30h.

- **INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA**

- El acceso a la piscina estará limitado por el aforo máximo de cada instalación.

- La utilización de las piscinas municipales estará condicionada a la programación de actividades y eventos, así como a causas de fuerza mayor e imprevistos que impidan su buen uso y disfrute.

ENTRADAS DIARIAS EMPADRONADOS 2016

(tarifa bonificada 25%)

CONCEPTOS	TARIFA
Mayores de 15 años	5,25€
Niños de 13 a 15 años (Juveniles)	3'90€
Niños de 5 a 12 años (Infantiles)	1'95€

ENTRADAS DIARIAS NO EMPADRONADOS 2016

CONCEPTOS	TARIFA
Mayores de 15 años	7'00€
Niños de 13 a 15 años (Juveniles)	5'20€
Niños de 5 a 12 años (Infantiles)	2'60€

CURSOS DE NATACIÓN Y ACTIVIDADES ACUÁTICAS

• DÍAS DE LAS CLASES:

Las clases se impartirán de lunes a jueves.

• PERIODOS DE ACTIVIDAD:

1er Curso del:

1. 20 de junio al 14 de julio (horarios de tarde).
2. 23 de junio al 14 de julio (horarios de mañana).
En este curso habrá clases los viernes 24 de junio, 1 y 8 de julio.

2º Curso del 18 de julio al 13 de agosto.

• NIVELES TÉCNICOS:

INICIACIÓN

No saben nadar nada
Sus primeras clases

INICIACIÓN AVANZADA

Están familiarizados con el agua
Saben nadar entre 10 y 15 metros de distancia
Realizan desplazamientos con tabla
Saben mantenerse en el agua

AVANZADOS

Saben nadar distancias de 25 m.
Se inician en la coordinación de la respiración
Aumentan su capacidad de nadar

PERFECCIONAMIENTO

Saben nadar más de 33 metros
Perfeccionan el estilo crol
Control de la respiración al nadar
Se inician en el estilo de espalda
Se inician en la braza

ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

La natación como mejora de la condición física
Nadan más de 100 metros.
Saben nadar al estilo espalda y braza
Se inician en la mariposa

• PROGRAMAS:

ENSEÑANZA DE LA NATACION:

Familiarizarse con el agua aprendiendo a nadar, es una necesidad utilitaria de orden prioritario en la formación integral del ciudadano/a. Asimismo progresar en un mayor conocimiento y dominio del medio acuático que posibilite una mejora de las habilidades técnicas de los cuatro estilos de natación y en el acondicionamiento físico.

BAÑO PARA TOD@S:

La ocupación de nuestro tiempo libre para desarrollar actividad física en el medio acuático de manera flexible y adaptada a nuestra realidad.

NATACIÓN SALUD Y FITNESS:

La utilización del agua como medio donde invertir nuestro tiempo para beneficios de la salud, posibilitando una opción de pasarlo bien haciendo actividad física.

NATACIÓN TERAPÉUTICA

Se restablece la oferta de actividades acuáticas terapéuticas con la idea de posibilitar una adaptación y orientación más técnica a usuarios/as con unas características específicas.

Todos los usuarios inscritos en actividades terapéuticas, mayores y discapacitados, tendrán que pasar por la valoración funcional sanitaria, al objeto de conseguir un mayor control de la actividad a desarrollar. De igual modo **será imprescindible** la presentación de **Informe Médico o prescripción facultativa**.

Para realizar natación terapéutica de espalda deberá saber nadar 33 metros estilo crol y espalda

• **DESCUENTOS ESPECIALES:**

- 5% estudiantes (según los requisitos establecidos en las Ordenanzas Municipales)
- 5% dos miembros y 10% a tres o más miembros de la misma unidad familiar y que formalicen las inscripciones en el mismo momento.

Los descuentos no son acumulables

HORARIOS PISCINAS DESCUBIERTAS

ENSEÑANZA DE LA NATACIÓN					
	NIVEL	EDAD	CAVALERI	POLIDEPORTIVO	MES
PREESCOLAR	INICIACIÓN	3 AÑOS	11:00 - 12:00	11:00 - 12:00	28,35 €
	INICIACIÓN	4 - 5 AÑOS	11:00 - 12:00	11:00 - 12:00	27,22 €
				20:30 - 21:30	
	INICIACIÓN AVANZADA	3 - 4 - 5 AÑOS	11:00 - 12:00	11:00 - 12:00	
20:30 - 21:30					
INFANTILES	INICIACIÓN	6 - 12 AÑOS	11:00 - 12:00	11:00 - 12:00	23,82 €
	INICIACIÓN AVANZADA				
	AVANZADOS				
	PERFECCIONAMIENTO				
JÓVENES	PERFECCIONAMIENTO	13 - 16 AÑOS	11:00 - 12:00	11:00 - 12:00	23,82 €
ADULTOS	INICIACIÓN	16 - 60 AÑOS	11:00 - 12:00	20:30 - 21:30	27,22 €
			20:30 - 21:30		
	AVANZADOS		20:30 - 21:30	20:30 - 21:30	
	PERFECCIONAMIENTO		20:30 - 21:30	20:30 - 21:30	
	ACONDICIONAMIENTO		20:30 - 21:30		

NATACIÓN SALUD Y FITNESS				
ACTIVIDAD	EDAD	CAVALERI	POLIDEPORTIVO	€/M
ACUAFITNESS	16 - 60 AÑOS	20:30 - 21:30	20:30 - 21:30	27,22 €
A. A. MAY. JNIC.	> 60 AÑOS			14,74 €
A. A. MAY. AVAN. (33m)				
NAT. MAYORES (100m)				

TERAPÉUTICA				
ACTIVIDAD	EDAD	CAVALERI	POLIDEPORTIVO	€/M
PRE-POST PARTO	16 - 60 AÑOS.		20:30 - 21:30	27,22 €
A. A. TERAPÉUTICA SALUDABLE				14,74 €

HORARIOS PISCINAS CUBIERTAS C. ACUÁTICO

ENSEÑANZA DE LA NATACIÓN						
NIVEL	ACTIVIDAD	EDAD	Centro Acuático	€/Mes		
BEBÉS	MATRONATACIÓN	1 - 2 AÑOS	12:00-13:00 18:30-19:30 19:30-20:30	28,35 €		
PREESCOLAR	INICIACIÓN	3 AÑOS	10:00-11:00	28,35 €		
			12:00-13:00			
			18:30-19:30			
	INICIACIÓN	4 - 5 AÑOS	19:30-20:30	27,22 €		
			10:00-11:00			
			12:00-13:00			
	INICIACIÓN AVANZADA	3 - 4 - 5 AÑOS	18:30-19:30			
			19:30-20:30			
			10:00-11:00			
INFANTILES	INICIACIÓN	6 - 12 AÑOS	12:00-13:00	23,82 €		
			18:30-19:30			
	INICIACIÓN AVANZADA		19:30-20:30			
			10:00-11:00			
	AVANZADOS		12:00-13:00			
			18:30-19:30			
			19:30-20:30			
	PERFECCIONAMIENTO		IF ESPECIAL	13:00-14:00		
				ESCUELA BASE		11:00-12:00
ADULTOS	AVANZADOS	16 - 60 AÑOS	10:00-11:00	27,22 €		
			11:00-12:00			
	12:00-13:00					
	18:30-19:30					
	19:30-20:30					
PERFECCIONAMIENTO		20:30-21:30				

NATACIÓN SALUD - FITNESS

ACTIVIDAD	EDAD	Centro Acuático	€/Mes
ACUAFITNESS	16 - 60 AÑOS.	11:00-12:00	27,22 €
A. A. MAY. JNIC.	> 60 AÑOS	09:00-10:00 20:30-21:30	14,74€
A. A. MAY. AVAN. (33m)			
NAT. MAYORES (100m)			
NADO LIBRE- MANTENIMIENTO 12 SESIONES	16 - 60 AÑOS.	09:00-14:00 18:30-20:30	20,41€
NADO LIBRE- MANTENIMIENTO 8 SESIONES			13,61 €

NATACIÓN TERAPÉUTICA

ACTIVIDAD	EDAD	Centro Acuático	€/Mes
A. A. TERAPÉUTICA SALUDABLE	16 - 60 AÑOS.	09:00-10:00 11:00-12:00 20:30-21:30	28,35 €
NATACIÓN TERAPÉUTICA DE ESPALDA		10:00-11:00 19:30-20:30 20:30-21:30	28,35 €
PRE-POST PARTO		20:30-21:30	27,22 €
AD. ESPECIAL		13:00-14:00	27,22 €

APCONSULTABLE

ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS CENTRO ACUÁTICO

Usuarios con edad a partir de 16 años (mayores de 60 deben aportar certificado médico)

PERIODOS DE ACTIVIDAD:

1er Curso del:

20 de junio al 15 de julio

2º Curso del:

18 de julio al 12 de agosto

MULTIFITNESS

**Novedad
temporada**

Actividades de sala dirigidas más cardiomusculación por 23,69€

- HORARIO FLEXIBLE de lunes a viernes en los horarios publicitados.
- Aforo limitado por sesión, a completar por riguroso orden de llegada.

Si se queda fuera del aforo, podrá esperar a la sesión siguiente o hacer uso de la sala de cardiomusculación, siempre que el aforo no esté completo.

	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES			PRECIO
MULTIFITNESS	sala 1	sala 2	salón	sala 1	sala 2	salón	sala 1	sala 2	salón	sala 1	sala 2	salón	sala 1	sala 2	salón	
11:00h.-11:50h.	Spinning			Gap+Stretch	Pilates T		Spinning					Pilates T	Spinning			23,69 €
12:00h.-12:50h.		Bodytonic		Spinning				Bodytonic		Spinning				Bodytonic		
19:30h.-20:20h.		Bodytonic	Pilates T	Spinning	FitCombat			Bodytonic	Pilates T	Spinning	Fitbalon					
20:30h.-21:20h.	Spinning	Fitbalon			Bodytonic		Spinning	Gap+Stretch			Bodytonic					

CARDIOMUSCULACIÓN

Usuarios con edad a partir de 16 años (mayores de 60 deben aportar certificado médico)

MAÑANAS: de lunes a viernes	10:00-13:00	
TARDES: lunes a jueves	18:30-21:30	
	COMPLETO	MAÑANAS
12 sesiones	23,60 €	19,95 €
8 sesiones	18,81 €	15,68 €
4 sesiones	8,76 €	8,55 €

Actividades con aforo limitado. En caso de completarse el aforo deberá esperar a que exista disponibilidad en sala.

Los bonos se deberán consumir en el periodo de actividad correspondiente para el que hayan sido adquiridos.

MATRÍCULA VERANO: 3,19€.

Los usuarios que hayan estado matriculados durante la Campaña 2015/2016, están exentos de abonar la matrícula.

Para los no empadronados, las tarifas se incrementan en 5,00€.

CAMPUS - ACTIVIDAD ACUÁTICA DE VERANO

Servicio organizado por el Área de Deporte del IMDC, que ofrece una opción para facilitar la conciliación de la vida familiar y laboral.

- **ACTIVIDADES:** Consiste en un programa de actividades lúdicas y deportivas dirigidas a niños y niñas de entre 4 y 12 años, basadas en los valores formativos de la participación, el juego y el aprendizaje. Nuestra propuesta permite disfrutar una amplia diversidad de actividades como juegos predeportivos, curso de natación, juegos populares, deportes varios (baloncesto, fútbol...), talleres de manualidades, juegos en el agua, juegos alternativos. Buscamos fomentar las relaciones socio-afectivas entre niños/as fuera de su entorno familiar así como la creación de hábitos de vida saludable y la formación en valores. Incluye desayuno
- **DESTINATARIOS:** Para niños/as entre 4 y 12 años cumplidos.
- **FECHAS:**

1º Del 24 al 30 de junio (semanal).

***Novedad
temporada*** 2º Del 1 al 15 de julio (quincenal).

3º Del 18 al 29 de julio (quincenal).

4º Del 01 al 05 de agosto (semanal)

5º Del 08 al 12 de agosto (semanal).

- **INSTALACIÓN:** Centro Acuático
- **DIAS Y HORARIO:** De lunes a viernes de 07:30h. a 15:30h
- **PRECIOS POR CAMPUS:**

	empadronados	no empadronado
semana	52,50 €	53,75 €
quincena	105,00 €	107,50 €



INFORMACIÓN GENERAL

- Las clases serán impartidas por monitores cualificados y técnicos especialistas.
- Las actividades se realizarán en los días y horarios establecidos en su inscripción, pudiendo sufrir las modificaciones y ajustes necesarios por parte de la organización.
- Las plazas disponibles para cada actividad son limitadas, adjudicándose por orden de inscripción.
- El Instituto Municipal, atendiendo al número de participantes inscritos en cada actividad, se reserva el derecho a cerrar la inscripción de la misma o suspenderla.
- La baja en cualquier actividad no genera derecho a devolución de las tasas abonadas.
- Para matricularse en cualquier actividad será necesario no mantener tasas pendientes de pago de temporadas anteriores, debiendo, en cualquier caso, ingresar las cantidades que se adeuden antes de efectuar la inscripción. Dicho incumplimiento supondrá la pérdida automática de la plaza sin derecho a devolución.
- Los solicitantes que se inscriban como empadronados y tras la verificación administrativa resulte que no figuran como tales, perderán automáticamente la reserva de plaza.
- Será necesario presentar certificado médico cuando sea requerido por el I.M.D.C.
- Obligatoria, en el caso de mayores de 60 años, deberá presentar certificado médico o informe de cabecera sobre el estado de salud, garantizando ninguna contraindicación médica para la práctica de esta modalidad deportiva. Asimismo, el I.M.D.C podrá requerir dicho certificado médico tratándose de cualquier otra actividad o modalidad deportiva.
- La organización no se hace responsable de las posibles lesiones que puedan producirse en el desarrollo de las actividades.



ayuntamiento de
**mairena del
aljarafe**



Instituto Municipal de
Dinamización Ciudadana

www.mairenadelaljarafe.es