

KIROL IKASTAROEN ESKAINTZA

2023 / 2024

OFERTA DE CURSOS DEPORTIVOS

**LAZKAO** Polideportivo Municipal  
**JOXEMIEL**  
**BARANDIARAN**  
Udal Kiroldegia

KIROLA OSASUNA DEPORTE SALUD KIROLA  
OSASUNA DEPORTE SALUD KIROLA OSASUNA

Argibide eta Izenematea

Kiroldegian 943 08 51 93 Polideportivo

Información e Inscripciones

KIROL IKASTAROEN ESKAINTZA

2023 / 2024

OFERTA DE CURSOS DEPORTIVOS

IKASTAROA	CURSO	EGUTEGIA	DIAS	ORDUTEGIA	HORARIO	BAZKIDEAK SOCIOS/AS	EZ BAZKIDEAK NO SOCIOS/AS		
Igeriketa (20 saio). Bi saio astean Natación (20 sesiones). Dos sesiones semanales		Asteazkena eta ostirala (goiza)		8:30 – 9:30 / 9:30 – 10:30		58.00	73.30		
Igeriketa terapeutikoa Natación terapeutica		Asteartea eta osteguna	Martes y jueves	19:15 – 20:15		33.85	49.15		
Haurdunaldiko igeria Matronatación		Asteartea eta osteguna	Martes y jueves	12:30 – 13:15 13:15 – 14:00		33.85	49.15		
						Hilabete Mensual	Hiru hilabete	Hilabete Mensual	Hiru hilabete
Pilates		Astelehena eta asteazkena	Lunes y miércoles	9:00 – 10:00 / 10:00 – 11:00 16:30 – 17:30 / 17:30 – 18:30 18:30 – 19:30 / 19:30 – 20:30 20:30 – 21:30		52.70	126.50	68.00	172.40
Pilates		Asteartea eta osteguna	Martes y jueves	9:00 – 10:00 / 15:00 – 16:00 18:30 – 19:30 / 19:30 – 20:30					
Txirrindularitza indoor ikastaroa Curso de ciclo-indoor		Asteartea eta osteguna	Martes y jueves	9:00 – 10:00 / 14:30 – 15:30 / 19:00 – 20:00 / 20:00 – 21:00		52.70	126.50	68.00	172.40
Bodytraining		Astelehena eta asteazkena	Lunes y miércoles	19:30 – 20:30 20:30 – 21:30		30.00	72.00	45.30	117.90
Bodytraining		Asteartea eta osteguna	Martes y jueves	14:30 – 15:30 18:30 – 19:30		30.00	72.00	45.30	117.90
GAP ikastaroa Curso de GAP		Astelehena eta asteazkena	Lunes y Miércoles	18:30 – 19:30		30.00	72.00	45.30	117.90
GAP ikastaroa Curso de GAP		Asteartea eta osteguna	Martes y jueves	20:30 – 21:30		30.00	72.00	45.30	117.90
Adinekoen soinketa Gimnasia 3 edad		Astelehena, asteazkena, ostirala	Lunes, miércoles, viernes	10:00 – 11:00 11:00 – 12:00		40.65	97.45	40.65	97.45
Entrenamendu funtzionala Entrenamiento funcional		Asteartea eta osteguna	Martes y jueves	9:30 – 10:30		30.00	72.00	45.30	117.90
Full body - soinketa Full body - gimnasia		Astelehena, asteazkena, ostirala	Lunes, miércoles, viernes	9:00 – 10:00		45.00	108.00	60.30	153.90
Zumba		Asteartea eta osteguna	Martes y jueves	19:30 – 20:30		30.00	72.00	45.30	117.90
<b>HAUR eta GAZTETXOENTZAKO IKASTAROAK</b>						<b>CURSOS PARA NIÑOS/AS Y JOVENES</b>			
Zumba gazte		Astelehena eta asteazkena	Lunes y miércoles	16:30 – 17:30		30.00	72.00	39.80	101.40
Bodytraining gazte		Astelehena eta asteazkena	Lunes y miércoles	17:30 – 18:30		30.00	72.00	39.80	101.40
Txirrindularitza indoor gazte Ciclo-indoor gazte		Asteartea eta osteguna	Martes y jueves	18:00 – 19:00		52.70	126.50	62.50	155.90
Gimnasia erritmikoa Gimnasia rítmica		Asteartea // Martes Osteguna // Jueves Ostirala // Viernes		17:00 – 18:00 17:00 – 18:00 16:45 – 17:45 / 17:45 – 18:45		16.20	38.25	26.00	67.65
Haurtxoen igeria Natación bebes		Asteartea eta osteguna	Martes y jueves	11:30 – 12:00 12:00 – 12:30		25.60		35.40	
Igeriketa (20 saio) Natación (20 sesiones)		Astelehena – asteazkena edo asteartea – osteguna Lunes – miércoles o martes – jueves		16:45 – 17:30 / 17:30 – 18:15 18:15 – 19:00 / 19:00 – 19:45		58.00		67.80	
Shorinjy kempo Shorinjy kempo		Astelehena, asteazkena, ostirala	Lunes, miércoles, viernes	17:00 – 18:00 18:00 – 19:00					