

DOCUMENTACIÓN NECESARIA:

Es imprescindible que todas aquellas personas que vayan a asistir a los cursos de Gimnasia de Mantenimiento presenten su DNI ó pasaporte, y en el caso de ser pensionista, documentación que lo acredite

INSCRIPCIONES:

Lugar: Oficinas del Patronato Municipal de Deportes de Jaén situadas en las Instalaciones Deportivas Municipales "La Salobreja", Avenida de Granada s/n

Horario: A partir de las 8'30 horas, de lunes a viernes

- Las inscripciones, hasta completar plazas, se efectuarán por riguroso orden de llegada

- Se confeccionará una lista de espera, que tendrá preferencia sobre posibles bajas

- Importante: Máximo una inscripción por persona, a excepción de pertenecer a la misma unidad familiar (padres, hijos y hermanos); debiendo presentar documentación que lo acredite. Esta limitación no será aplicable a las inscripciones de los cursos de Gimnasia de Mantenimiento.

- Para los que se inscriban por 1ª vez en los cursos de Gimnasia de Mantenimiento, antes de formalizar la matrícula, deberán pedir cita para pasar un reconocimiento médico en las instalaciones deportivas municipales.



Ayuntamiento de Jaén
CONCEJALÍA DE DEPORTES
Cambiando Jaén, la Ciudad que queremos

Instalación Municipal "La Salobreja"
T. 953 23 91 26 / 28 F. 953 23 91 27

Instalación Municipal "Las Fuentezuelas"
T. 953 26 63 00

www.aytojaen.es
pmd@aytojaen.es

cursos municipales de actividades físicas

2009/10



Ayuntamiento de Jaén
CONCEJALÍA DE DEPORTES
Cambiando Jaén, la Ciudad que queremos

TRImestrales

1 BAILES DE SALÓN **¡NUEVO NIVEL!**

Sede: Casino Primitivo (Palacio Municipal de Cultura).
Horario: 21'00 Horas.
Días semana: Lunes y miércoles.
Duración: Trimestral (Oct-Dic, Ene-Mar, y Abr-Jun.).
Niveles: 1º y 2º Trimestre: Nivel 1
3º Trimestre: Nivel 2
Plazas: Mínimo 16, máximo 30 plazas por curso.
Precio: Individual: 41'70 €, Parejas: 62'50 €.

2 YOGA

Sede: Sala Piscina Cubierta Salobreja.
Horario: 20'30 Horas
Días semana: Lunes, miércoles y jueves.
Duración: Trimestral (Oct-Dic, Ene-Mar, y Abr-Jun.).
Plazas: Mínimo 20 plazas, máximo 30 plazas
Precio: 41'70 €.

3 TAICHI

Sede: Sala Piscina Cubierta Salobreja.
Horario: 19'30 Horas.
Días semana: Lunes, miércoles y jueves.
Duración: Trimestral (Oct-Dic, Ene-Mar, y Abr-Jun.).
Plazas: Mínimo 20, máximo 30 plazas.
Precio: 41'70 €.

4 TENIS a partir de 15 años

Sede: Pistas Instalaciones de las Fuentezuelas y Salobreja.
Horario: 19 Horas (iniciación) y 20 horas (perfeccionamiento).
En caso de existir mayor demanda se convocarían cursos con arreglo a la ratio establecida de 7 alumnos por grupo.
Niveles: Iniciación y Perfeccionamiento.
Días semana: Lunes y miércoles
Duración: Trimestral (Oct-Dic, Ene-Mar, y Abr-Jun.).
Plazas: 7 Plazas por grupo y nivel.
Precio: 52 €.

5 PADEL

Sede: Pistas Parque Deportivo Felipe Arche.
Horario: 19'30, 20'30 y 21'30 Horas
Días Semana: Martes y jueves.
Duración: *Pendiente de la apertura de las instalaciones trimestral (Oct-Dic, Ene-Mar, Abr-Jun.)
Plazas: 6 Por franja horaria.
Precio: 52 €.

1

2

4

3

5

Duración: TRIMESTRALES

1º Trimestre: 1 Octubre al 22 diciembre 2009
2º Trimestre: 8 Enero al 26 marzo 2010
3º Trimestre: 5 Abril al 30 junio 2010

PLAZOS DE INSCRIPCIÓN:

1º Plazo de Inscripción: A partir de 21 septiembre 2009
2º Plazo de Inscripción: A partir de 14 diciembre 2009
3º Plazo de Inscripción: A partir de 8 marzo 2010



CUATRIImestrales

1 DANZA ORIENTAL **¡NUEVO NIVEL!**

Sede: Gimnasio del IES Santa Catalina de Alejandría.
Horario: 20'30 Horas.
Días Semana: Martes y jueves.
Duración: Cuatrimestral (Oct-Ene. y Feb-May)
Niveles: 1º Cuatrimestre: Nivel 1
2º Cuatrimestre: Nivel 2
Plazas: 15 Mínimo, 30 máximo.
Precio: 41'70 €.

2 GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

a partir de los 18 años: 3 días de actividad física, 1 día de sauna (ubicada en las instalaciones de La Salobreja) y 1 día de actividades acuáticas.

Sedes: Salobreja y Fuentezuelas.

Horarios: **Salobreja:**

Adultos: 9'30, 10'30, 19'00 y 20'00 Horas.
Mayores: 9'30, 10'30 y 11'30 Horas.

Fuentezuelas:

Adultos: 9'30, 19'00 y 20'00 Horas.
Mayores: 10'30 y 11'30 Horas.

Duración: Cuatrimestral (Oct-Ene y Feb-May)

Plazas: 75 Plazas por grupo y sede.

Precio: 62'50 €. Jubilados y pensionistas: 15'60 €.

3 GIM. DE MANTENIMIENTO EXTERNO

a partir de los 18 años: 3 días de actividad física.

¡MAS PLAZAS!

Sede: Gimnasio Colegio Santa Capilla de San Andrés.

Horario: Adultos: 18'00 y 19'00 horas.

Mayores: 17'00 Horas.

Duración: Cuatrimestral (Oct-Ene y Feb-Mayo)

Días Semana: Lunes, Miércoles y Jueves.

Plazas: 40 Plazas por franja horaria.

Precio: 15'60 €. Jubilados y pensionistas: 3'10 €.

4 C.A.F.A.D.

actividad física adaptada a disminuidos físicos.

Sede: Gimnasio Cubierto de la Salobreja.

Horario: 17'00 Horas.

Duración: Cuatrimestral (Oct-Ene y Feb-May)

Días semana: Lunes, miércoles y viernes.

Plazas: Según demanda.

Precio: 41'70 €.

1

2

3

4

Duración: CUATRIMESTRALES

1º Cuatrimestre: 1 Octubre 2009 al 31 enero 2010
2º Cuatrimestre: 1 Febrero 2010 al 31 mayo 2010

PLAZOS DE INSCRIPCIÓN:

1º Plazo de Inscripción:
Gimnasia de mantenimiento:
A partir de 14 septiembre 2009
Danza Oriental y CAFAD.:
A partir de 16 septiembre 2009

2º Plazo de Inscripción:
Gimnasia de mantenimiento:
A partir de 18 enero 2010
Danza Oriental y CAFAD.:
A partir de 20 enero 2010

