

# 4 . FITNESS: CLASES COLECTIVAS

CURSOS (a partir de 17 años):

**AERÓBIC.** Precio/mes : 16,30 €.

- Grupo 1: lunes y miércoles de 11:00 a 11:50 h.
- Grupo 2: martes y jueves de 18:00 a 18:50 h.

**AERÓBIC BÁSICO (Clases de preparación para aeróbic)** Precio/mes: 16,30 €.

- Grupo 1: lunes y viernes de 20:00 a 20:50 h.

**CICLO-INDOOR.** Precio/mes: 16,30 €.

- Grupo 1: lunes y miércoles de 10:00 a 10:50 h.
- Grupo 2: miércoles y viernes de 17:00 a 17:50 h.
- Grupo 3: miércoles y viernes de 19:00 a 19:50 h.
- Grupo 4: miércoles y viernes de 21:00 a 21:50 h.

**ESPALDA SANA.** Precio/mes: 16,30 €.

- Grupo 1: lunes y miércoles de 17:00 a 17:50 h.

**PILATES.** Precio/mes: 16,30 €.

- Grupo 1: martes y jueves de 10:00 a 10:50 h.
- Grupo 2: lunes y miércoles de 18:00 a 18:50 h.
- Grupo 3: martes y jueves 20:00 a 20:50 h.

**STEP.** Precio/mes: 16,30 €.

- Grupo 1: martes y jueves de 11:00 a 11:50 h.
- Grupo 2: martes y jueves de 17:00 a 17:50 h.

**STEP BÁSICO (Clases de preparación para step).** Precio/mes: 16,30 €.

- Grupo 1: martes y jueves de 19:00 a 19:50 h.

"Ejercicio Físico + Alimentación Equilibrada = SALUD"

## PLAZOS DE INSCRIPCIÓN y FECHA DE INICIO

Todas los servicios deportivos de la campaña 2009 - 2010 comenzarán el 15 de septiembre de 2009 y concluirán con el curso escolar. Para las inscripciones de todas las actividades ofertadas en la carta de servicio se respetarán los siguientes plazos:

- ⇒ CURSILLISTAS ABONADOS y/o CURSILLISTAS: del 24 al 28 de agosto de 2009.
- ⇒ ABONADOS: del 31 de agosto al 4 de septiembre 2009 .
- ⇒ RESTO DE USUARIOS: del 7 de septiembre de 2009 en adelante.

## NORMAS DE INSCRIPCIÓN

Para la inscripción en los cursos, deberá presentarse el interesado (cursos para adultos) y/o los padres y/o tutores legales que sólo podrán preinscribir a sus propios hijos presentando el libro de familia (cursos para niños/as).

Una vez formalizada la prescripción se le facilitará un formulario de inscripción que deberá entregarse debidamente cumplimentado y acompañado del pago de la primera mensualidad así como la demás documentación que pudiera ser solicitada.

No serán admitidas a trámite las inscripciones hechas por vecinos, amigos o cualquier familiar no reconocidos como padre, madre o tutor legal.

La ausencia o retraso en la inscripción será responsabilidad de los propios interesados.

El pago de la primera mensualidad deberá efectuarse mediante ingreso en el BANCO SANTANDER CENTRAL HISPANO, en la cuenta: **0049 5247 80 2316133218**

**El ingreso deberá acreditarse ante el Servicio de Atención al Usuario** en la recepción de la Ciudad Deportiva de Mérida **mediante resguardo bancario** en la misma semana reservada para la inscripción según la condición de usuario: abonados y cursillistas abonados antes del 28 de agosto, cursillistas no abonados antes del 4 de septiembre y resto de usuarios antes del 11 de septiembre.

**En caso de no haberse acreditado el pago** en el debido plazo, esta Delegación se reservará el derecho a anular la inscripción a favor de los reservas.

Si por circunstancias personales, enfermedad u otras, causara baja en el curso, deberá comunicarlo a esta Instalación en el tlf: 924 123 820.

## CONTACTE CON NOSOTROS



Camino de las viñas, s/n  
06800 MÉRIDA (Badajoz)  
Teléfono: 924 123 820  
Correo: ciudaddeportiva@merida.es



AYUNTAMIENTO DE MÉRIDA



AYUNTAMIENTO DE MÉRIDA

Delegación Municipal de Deportes

# CARTA DE SERVICIOS



# CAMPAÑA 2009-2010

# 1. CURSOS ENSEÑANZA DE NATACIÓN

INSTALACIÓN: PISCINA CUBIERTA.

CURSOS:

**MATRONATACIÓN** . Precio 32,40 €/mes.:

- Lunes y miércoles de 20:00 a 20:50 h.

**BEBES CON PADRES** (de 1 a 3 años.) Precio 26,15 €/mes.:

- Grupo 1: martes y jueves de 11:00 a 11:50 h.
- Grupo 2: martes y jueves de 17:00 a 17:50 h.
- Grupo 3: martes y jueves de 18:00 a 18:50 h.
- Grupo 4: lunes y miércoles de 19:00 a 19:50 h.
- Grupo 5: martes y jueves de 19:00 a 19:50 h.

**BURBUJA** (de 3 a 5 años.) Precio 19,60 €/mes.:

- Grupo 1: lunes y miércoles 17:00 a 17:50 h.
- Grupo 2: lunes y miércoles 17:00 a 17:50 h.
- Grupo 3: martes y jueves 18:00 a 18:50 h.
- Grupo 4: martes y jueves 18:00 a 18:50 h.
- Grupo 5: lunes y miércoles 19:00 a 19:50 h.



**RENACUAJO** (de 5 a 7 años.) Precio 19,60 €/mes.:

- Grupo 1: martes y jueves 17:00 a 17:50 h.
- Grupo 2: martes y jueves 17:00 a 17:50 h.
- Grupo 3: lunes y miércoles 18:00 a 18:50 h.
- Grupo 4: lunes y miércoles 18:00 a 18:50 h.
- Grupo 5: martes y jueves 20:00 a 20:50 h.



**RANA** (de 7 a 9 años.) Precio: 19,60 €/mes.:

- Grupo 1: lunes y miércoles de 20:00 a 20:50 h.
- Grupo 2: martes y jueves de 19:00 a 19:50 h.



**DELFIN** (de 9 a 16 años.) Precio 19,60 €/mes.:

- Martes y jueves 20:00 a 20:50 h.

**INICIACIÓN ADULTOS** (más de 16 años.) Precio: 32,40 €/mes.:

- Grupo 1: lunes y miércoles de 11:00 a 11:50 h.
- Grupo 2: martes y jueves de 21:00 a 21:50 h.

**PERFECCIONAMIENTO ADULTOS** (más de 16 años.) Precio: 32,40 €/mes.:

- Martes y jueves de 21:00 a 21:50 h.

# 2. ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN EL AGUA



CURSOS (a partir de 17 años):

**AQUAGYM** (Tonificación muscular en agua). Precio/mes : 16,30 €.

- Grupo 1: lunes y miércoles de 11:00 a 11:50 h.
- Grupo 2: martes y jueves de 12:00 a 12:50 h.
- Grupo 3: lunes y miércoles de 20:00 a 20:50 h.
- Grupo 4: martes y jueves de 19:00 a 19:50 h.

**AQUALATES** (Practica pilates en el agua). Precio/mes: 16,30 €.

- Grupo 1: martes y jueves de 11:00 a 11:50 h.
- Grupo 2: lunes 16:00 a 16:50 y miércoles 19:00 a 19:50 h.
- Grupo 3: martes 20:00 a 20:50 y viernes 19:00 a 19:50 h.

**AQUAERÓBIC** (Practica aeróbic en el agua). Precio/mes: 16,30 €.

- Grupo 1: martes y jueves de 10:00 a 10:50 h.
- Grupo 2: lunes y miércoles de 12:00 a 12:50 h.
- Grupo 3: lunes 19:00 a 19:50 y jueves de 20:00 a 20:50 h.
- Grupo 4: miércoles 16:00 a 16:50 y viernes 17:00 a 17:50 h.

**GINNASIA MANTENIMIENTO EN AGUA**. Precio/mes: 16,30 €.

- Grupo 1: lunes y miércoles de 10:00 a 10:50 h.
- Grupo 2: martes y jueves de 16:00 a 16:50 h.

## Delegación Municipal de Deportes



Camino de las viñas, s/n  
06800 MÉRIDA (Badajoz)  
Teléfono: 924 123 820  
Correo: ciudaddeportiva@merida.es



AYUNTAMIENTO DE MÉRIDA

# 3. APRENDIZAJE DEPORTIVO:

"Iniciate y mejora con nosotros"

## 3.1. PÁDEL

GRUPOS:

**PÁDEL INFANTIL** Precio: 19,60 €/mes:

- Grupo 1 (6-8 años): Lunes y miércoles de 16:30 a 17:15 h.
- Grupo 2 (12-16 años): Lunes y miércoles de 17:15 a 18:00 h.
- Grupo 3 (8-11 años): martes y jueves de 16:30 a 17:15 h.
- Grupo 4 (12-16 años): martes y jueves de 17:15 a 18:00 h.

**PÁDEL ADULTOS** (más de 16 años). Precio : 32,40 €.

- Grupo 1 (Perfeccionamiento): L y X de 20:30 a 21:30 h.
- Grupo 2 (Iniciación): lunes y miércoles de 21:30 a 22:30 h.
- Grupo 3 (iniciación): martes y jueves de 20:30 a 21:30 h.
- Grupo 4 (perfeccionamiento): M y J de 21:30 a 22:30 h.



## 3.2. TENIS

GRUPOS:

**TENIS ADULTOS** (más de 16 años). Precio : 32,40 €/mes.

- Perfeccionamiento Lunes y Miércoles de 19:30 a 20:30 h.
- Iniciación: martes y jueves de 19:30 a 20:30 h.



## 3.3. ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES

**E.D.M. TENIS**

(6 –16 años). Precio : 19 ,60€/año:

**HORARIOS:** dos clases semanales de 45 minutos que el profesor distribuirá de lunes a viernes entre las 18:00 y las 19:30.

**REUNIÓN INFORMATIVA:** El lunes 14/09/2009 en la Ciudad Deportiva de Mérida:

• Niños de 6-7 años a las 17:00 h.

• Niños de 8-9 años a las 17:30 h.

• Niños de 10-11 años a las 18:00 h.

• Niños de 12-13 años a las 18:30 h.

• Niños de 14-16 años a las 19:00 h.

**E.D.M. ACROSPORT**

(6 –13 años). Precio : 19,60 €/año.

- Lunes y miércoles de 16:30 a 17:30 h.

**E.D.M. TENIS DE MESA**

(6 –16 años). Precio : 19,60 €/año.

- Grupo 1: Lunes y viernes de 16:30 a 17:30.
- Grupo 2: Miércoles y viernes de 17:30 a 18:30 h.

**E.D.M. BÁDMINTON**

(6 –16 años). Precio : 19,60 €/año.

- Lunes 17:30 a 18:30 y miércoles 16:30 a 17:30 h.