



ALTA

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL VALDETORRES DE JARAMA

C/Sol. Nº 7. 28150.

Datos personales:

Fecha de ingreso:	
Nombre y apellidos:	
DNI:	
Edad:	
Dirección:	
Población:	
Teléfono:	
E-mail:	

''

Inscripción: *INDICAR AL MONITOR EL HORARIO AL QUE SE VA A ACUDIR A CADA ACTIVIDAD.

GIMNASIO	
CLASES	
Horario	

* PRECIOS:

GIMNASIO: 30€/mes	PÁDEL: 20€ (-16a) – 35€ (ad)	GIM + PÁDEL: 50€/mes
1 CLASE (2h/s): 20€/mes	BONO TODAS LAS CLASES: 35€/mes	
BONO GIM + 1 CLASE: 40€	BONO GIM + TODAS LAS CLASES: 50€/mes	

''

Método de pago:

Tarjeta de Crédito/Débito	Gimnasio (Primera planta Polideportivo).
Ingreso Bancario/Transferencia	Nº Cuenta: ES04 2100 7931 8213 0002 9661 Concepto: Gimnasio/Clase + Mes + Nombre y Ap (usuario)

''

Bonificaciones:

FAMILIA NUMEROSA: Fotocopia del carnet/título en vigor.	– 20%
DISCAPACIDAD: Fotocopia del carnet oficial en vigor, confirmando el grado (+33%).	
DESEMPLEO: fotocopia tarjeta desempleo en vigor, y renovaciones sucesivas.	– 20%
3 FAMILIARES INSCRITOS: tienen que formar parte de la unidad familiar.	– 20%
MAYORES 60 AÑOS: Fotocopia del DNI que lo acredite.	– 20%

''

Menores de Edad:

Autorización firmada por padre/madre/tutor legal, autorizando asistencia.
Fotocopia DNI de la persona que autoriza la asistencia del menor.

''

Observaciones: (a rellenar por el monitor)

''

El Ayuntamiento de Valdeterres de Jarama, con C.I.F. nº P2816400B; domicilio en Plaza de la Constitución, 1 – 28150 Valdeterres de Jarama (Madrid), teléfono 918415164 y correo electrónico info@ayto-valdetorresdejarama.es, en base a la Ley de Bases de Régimen Local, trata la información que nos facilita con la finalidad de llevar a cabo la gestión y tramitación de expediente de licencias municipales. Los datos proporcionados se conservarán mientras se mantenga la relación administrativa o durante los años para cumplir con las obligaciones legales. Los datos no se cederán a terceros salvo en los casos en los que exista una obligación legal. Usted tiene derecho a obtener información sobre si en el Ayuntamiento de Valdeterres de Jarama estamos tratando sus datos personales, rectificar los datos inexactos o solicitar su supresión cuando los datos ya no sean necesarios.



LISTADO CLASES DEPORTIVAS 2022/2023

	ACTIVIDAD	HORARIO	SALA	PROFESOR
1	STRETCHING	Lunes y miércoles: 9-10 (mañanas)	2	ALI
2	MANTENIMIENTO MAYORES	Lunes y miércoles: 10-11 (mañanas)	3	ALI
3	PILATES	MAÑANAS: lunes y miércoles: 10-11	2	VICTOR
		martes y jueves: 11-12 (mayores)		
		TARDES: martes y jueves: 17-18	2	VICTOR
martes y jueves: 20-21				
4	YOGA	MAÑANAS: martes y jueves: 10-11	2	VICTOR
		TARDES: martes y jueves: 18-19	2	VICTOR
		martes y jueves: 19-20		
5	ZUMBA	MAÑANAS: lunes y miércoles: 11-12	3	LUISA
6	SPINNING	MAÑANAS: martes y jueves: 9-10	1	ALI
		TARDES: lunes y miércoles: 19-20	1	LORENA
7	ENT. FUNCIONAL	Lunes y miércoles: 18-19???	3	LORENA
8	TOTAL TRAINING	MAÑANAS: martes y jueves: 10-11	3 - pista	ALI
		TARDES: martes y jueves: 19-20	3 - pista	JORGE
10	HIIT	Martes y jueves: 18-19 (tardes)	3	JORGE
11	HAPKIDO	martes y jueves: 18:30-20:30 (adulto)	3	RAUL
12	BOXEO	lunes miércoles y viernes: 19-21	3	
13	PÁDEL	Lunes a jueves: 17:30 a 21:30 (8 grupos: infantil:2 y adulto:6).	p.pádel	SERGIO
		Lunes y miércoles: 18 a 21 (3 grupos: 1 infantil; 2 iniciación).		CRISTIAN
14	RÍTMICA	Martes y Jueves: 16:30 - 19:30 (infantil)	pista	SUSANA
		Viernes: 19:00 - 21:00 (adulto)		
15	BALONCESTO	lunes, miércoles y viernes: 16:30 - 19:30 (infantil)	pista	JESÚS
16	FÚTBOL	lunes a jueves: 17:00 a 21:00 (todas edades)	c. fútbol	J. LUIS COBO
17	TAEKWONDO	martes y jueves: 17:30 - 18:30 (infantil)	3	RAUL
18	PATINAJE	martes y jueves: 16:30 - 19:30. (infantil)	s. baile	LAURA/IRENE
19	KÁRATE	lunes y miercoles: 17 - 19 (infantil)	3	CARLOS
20	TENIS	lunes y miércoles: 17 - 18 (infantil, 1 grupo)	p. tenis	CHRISTIAN
21	FRONTÓN	Martes y jueves: 17 - 18 (infantil)	frontón	CHRISTIAN
22	DANZA (Flamenco) INFANTIL	tardes	casa	ANA ABAD
		lunes y miercoles: 16-19:30 (16:15-17=3 a 6 años)	cultura	
		17:15-18:15= 6 a 10 años		
		18:30-19:30= + 10 años)		
23	STEPKIDS	viernes: 18:00-19:00	c. cultura	ANA ABAD
24	ABADANZA FITNESS	viernes: 19:30-20:30	c. cultura	ANA ABAD
25	FLAMENCO (Adultos)	MAÑANAS: Jueves 11:15-12:15	c. cultura	ANA ABAD
		TARDES: lunes y miércoles: 19:45-20:45		
26	VOLEIBOL	Martes y jueves: 19-20 (infantil)	pista	ELENA

HORARIO CLASES ADULTOS MAÑANAS

<u>LUNES</u>	<u>MARTES</u>	<u>MIÉRCOLES</u>	<u>JUEVES</u>	<u>VIERNES</u>
 <u>STRETCHING</u> 9:00 - 10:00 <i>Ali</i> SALA 3	 <u>CICLO INDOOR</u> 9:00 - 10:00 <i>Ali</i> SALA 1	 <u>STRETCHING</u> 9:00 - 10:00 <i>Ali</i> SALA 3	 <u>CICLO INDOOR</u> 9:00 - 10:00 <i>Ali</i> SALA 1	
 <u>PILATES</u> 10:00 - 11:00 <i>Víctor</i> SALA 2	 <u>YOGA</u> 10:00 - 11:00 <i>Víctor</i> SALA 2	 <u>PILATES</u> 10:00 - 11:00 <i>Víctor</i> SALA 2	 <u>YOGA</u> 10:00 - 11:00 <i>Víctor</i> SALA 2	
 <u>MANTENIMIENTO MAYORES</u> 10:00 - 11:00 <i>Ali</i> SALA 3	 <u>PILATES MAYORES</u> 11:00 - 12:00 <i>Víctor</i> SALA 2	 <u>MANTENIMIENTO MAYORES</u> 10:00 - 11:00 <i>Ali</i> SALA 3	 <u>PILATES MAYORES</u> 11:00 - 12:00 <i>Víctor</i> SALA 2	
 <u>ZUMBA</u> 11:00 - 12:00 <i>Luisa</i> SALA 3	 <u>TOTAL TRAINNING</u> 11:00 - 12:00 <i>Ali</i> PISTA POLI	 <u>ZUMBA</u> 11:00 - 12:00 <i>Luisa</i> SALA 3	 <u>TOTAL TRAINNING</u> 11:00 - 12:00 <i>Ali</i> PISTA POLI	
			 <u>FLAMENCO</u> 11:15 - 12:15 <i>Ana Abad</i> CASA CULTURA	

HORARIO CLASES ADULTOS TARDES

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	 <p>PILATES 17:00 - 18:00 Víctor SALA 2</p>		 <p>PILATES 17:00 - 18:00 Víctor SALA 2</p>	
	 <p>YOGA 18:00 - 19:00 Víctor SALA 2</p>		 <p>YOGA 18:00 - 19:00 Víctor SALA 2</p>	 <p>LIGA PÁDEL 17:00 - 22:00 Cristian PISTA PÁDEL</p>
	 <p>HIIT 18:00 - 19:00 Jorge PISTA POLI</p>		 <p>HIIT 18:00 - 19:00 Jorge PISTA POLI</p>	
	 <p>HAPKIDO 18:30 - 20:30 Raúl SALA 3</p>		 <p>HAPKIDO 18:30 - 20:30 Raúl SALA 3</p>	
	 <p>PÁDEL 18:30 - 21:30 Sergio PISTA PÁDEL 1</p>	 <p>PÁDEL 18:30 - 21:30 Sergio PISTA PÁDEL 1</p>	 <p>PÁDEL 18:30 - 21:30 Sergio PISTA PÁDEL 1</p>	
 <p>ENTRENAMIENTO FUNCIONAL 19:00 - 20:00 Lorena SALA 3</p>	 <p>YOGA 19:00 - 20:00 Víctor SALA 2</p>	 <p>ENTRENAMIENTO FUNCIONAL 19:00 - 20:00 Lorena SALA 3</p>	 <p>YOGA 19:00 - 20:00 Víctor SALA 2</p>	
 <p>FLAMÉNCO 19:45 - 20:45 Ana Abad CASA CULTURA</p>	 <p>TOTAL TRAINING 19:00 - 20:00 Jorge PISTA POLI</p>	 <p>FLAMÉNCO 19:45 - 20:45 Ana Abad CASA CULTURA</p>	 <p>TOTAL TRAINING 19:00 - 20:00 Jorge PISTA POLI</p>	 <p>GIMNASIA RÍTMICA 19:00 - 21:00 Susana PISTA POLI</p>
 <p>CICLO INDOOR 20:00 - 21:00 Lorena SALA 1</p>	 <p>PILATES 20:00 - 21:00 Víctor SALA 2</p>	 <p>CICLO INDOOR 20:00 - 21:00 Lorena SALA 1</p>	 <p>PILATES 20:00 - 21:00 Víctor SALA 2</p>	 <p>ABADANZA FITNESS 19:30 - 20:30 Ana Abad CASA CULTURA</p>
 <p>BOXEO 20:00 - 21:00 SALA 3</p>		 <p>BOXEO 20:00 - 21:00 SALA 3</p>		

HORARIO CLASES NIÑOS TARDES

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
 DANZA-FLAMENCO 16:15 - 19:30 Ana Abad CASA CULTURA	 GIMNASIA RÍTMICA 16:30 - 19:30 Susana PISTA POLI	 DANZA-FLAMENCO 16:15 - 19:30 Ana Abad CASA CULTURA	 GIMNASIA RÍTMICA 16:30 - 19:30 Susana PISTA POLI	
 BALONCESTO 17:30 - 19:30 Jesús PISTA POLI	 PATINAJE 17:00 - 19:00 Laura / Irene SALÓN DE BAILE	 BALONCESTO 17:30 - 19:30 Jesús PISTA POLI	 PATINAJE 17:00 - 19:00 Laura / Irene SALÓN DE BAILE	 BALONCESTO 17:00 - 19:00 Jesús PISTA POLI
 KÁRATE 17:00 - 19:00 Carlos SALA 2	 TAEKWONDO 17:30 - 18:30 Raúl SALA 3	 KÁRATE 17:00 - 19:00 Carlos SALA 2	 TAEKWONDO 17:30 - 18:30 Raúl SALA 3	 STEP KIDS 18:00 - 19:00 Ana Abad CASA CULTURA
 TENIS 17:00 - 18:00 Cristian PISTA TENIS	 FRONTENIS 17:00 - 18:00 Cristian FRONTÓN	 TENIS 17:00 - 18:00 Cristian PISTA TENIS	 FRONTENIS 17:00 - 18:00 Cristian FRONTÓN	
 PÁDEL 17:30 - 19:00 Sergio - Cristian PISTA PÁDEL 1-2	 PÁDEL 17:30 - 18:30 Sergio PISTA PÁDEL 1	 PÁDEL 17:30 - 19:00 Sergio - Cristian PISTA PÁDEL 1-2	 PÁDEL 17:30 - 18:30 Sergio PISTA PÁDEL 1	
 FUTBOL 17:30 - 20:30 J. Luis Cobo CAMPO FÚTBOL	 FUTBOL 17:30 - 20:30 J. Luis Cobo CAMPO FÚTBOL	 FUTBOL 17:30 - 20:30 J. Luis Cobo CAMPO FÚTBOL	 FUTBOL 17:30 - 20:30 J. Luis Cobo CAMPO FÚTBOL	
 BOXEO 19:00 - 20:00 SALA 3	 VOLEIBOL 19:00-21:00 Elena PISTA POLI	 BOXEO 19:00 - 20:00 SALA 3	 VOLEIBOL 19:00-21:00 Elena PISTA POLI	