

CAMPAÑA DEPORTIVA MUNICIPAL DE SORIA 2017-2018

DURACIÓN: De Octubre a mayo (Inscripción por cuatrimestres)

- 9 de octubre al 31 de enero
- 1 de febrero al 31 de mayo

INSCRIPCIÓN EN LAS ACTIVIDADES:

- Del 4 al 11 de septiembre.
- De manera presencial, hasta las 14.00 horas del lunes día 11 de septiembre.
- A través de Internet se podrán presentar solicitudes hasta las 24:00 horas del lunes día 11 de septiembre de 2017, en la página www.deportes.soria.es
- El 13 de septiembre se publica la lista de admitidos al sorteo.
- 14 de septiembre: SORTEO
 - Nueva aplicación que automatiza un aviso a los agraciados.
- Del 18 al 25 de septiembre se publica la lista de agraciados y abono de la plaza.
 - Departamento de Deportes/ Oficinas Caja Rural
 - A través de la página web: www.deportes.soria.es (el plazo, a través de la Web, finaliza el día 25 de septiembre a las 24 horas).
- Plazas no ocupadas a partir de las 8 horas del 28 de septiembre
 - En el Departamento Municipal de Deportes
 - www.deportes.soria.es

PRECIO:

- Actualización de precios según IPC 3% una media de 1€
- Las personas ABONADAS a las instalaciones Deportivas Municipales, disfrutarán de un descuento del 25 por ciento.

ACTIVIDADES: 4.356 POR CUATRIMESTRE 8.712 TOTAL

(100 MÁS QUE EL AÑO PASADO)

1. CURSOS DEPORTIVOS 1.613

1) NATACIÓN 1.230

- i. Matronatación 120
- ii. Peques (13-14) 210
- iii. Niños (06-12) 330

- iv. 12-59 – 330
- v. Mayores de 60 240
- 2) PATINAJE 110
 - i. Niños (03-12) 60
 - ii. Adultos (02 y Anteriores) 50
- 3) TENIS 64
 - i. Adultos 64
- 4) PÁDEL 43
 - i. Adultos 43
- 5) BÁDMINTON 32
 - i. Adultos 32
- 6) ESGRIMA 8
 - i. Adultos 8
- 7) TIRO CON ARCO 30
 - i. Niños 10
 - ii. Adultos 20
- 8) BILLAR 36
 - i. Todas las edades 36
- 9) PREPARACIÓN DE CARRERAS POPULARES 60
 - i. Adultos 60

2. ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES 730

- 1) FÚTBOL 100
- 2) TENIS 200
- 3) PÁDEL 24
- 4) NATACIÓN 60
- 5) BADMINTON 48
- 6) FRONTENIS 66
- 7) AJEDREZ 100
- 8) CICLISMO-TRIATLÓN 25
- 9) BILLAR 24
- 10) ESGRIMA 8
- 11) TENIS DE MESA 24**
- 12) JUDO 25
- 13) KICKBOXING 26

3. FISICO DEPORTIVAS INTANTILES 185

- 1) PSICOMOTRICIDAD 60
- 2) PEQUE-AERÓBIC 20

- 3) AERÓBIC-STEP 20
- 4) JUEGOS RECREATIVOS EN EL AGUA 25
- 5) A BAILAR 20
- 6) MATROGIMNASIA 15
- 7) CAPOEIRA 25

4. ADULTOS (15/59) 1.495

- 1) GIMNASIA DE MANTENIMIENTO 150
- 2) GIMNASIA SUAVE: ESTIRAMIENTOS Y RELAJACIÓN 50
- 3) NATACIÓN Y SALUD 22
- 4) AQUA-RUNNING 22
- 5) PILATES 108
- 6) AQUAGIM-STEP 120
- 7) HIDRO-BIKE 27
- 8) FITNESS-ACUATICO 20

9) BOTAS DE REBOTE 72

Actividad que se practica con unas botas de rebote, en la cual se realizar un ejercicio que aumenta la agilidad, fortalece los músculos en general, proporciona un aumento de la fuerza, que fortalece los sistemas muscular y esquelético. Refuerza el corazón y otros músculos del cuerpo. La acción de rebote contra la gravedad sin sacudir el sistema muscular y el esquelético, es uno de los más beneficiosos ejercicios aeróbicos.

- 10) AERÓBIC-STEP 100
- 11) TONIFICACIÓN MUSCULAR 100
- 12) STRETCHING 25
- 13) CROSSTRaining 30
- 14) CAPOEIRA 25
- 15) GAP 150
- 16) AERÓBIC-BOX 25
- 17) RITMOS LATINOS 50
- 18) BAILE ESPAÑOL Y SEVILLANAS 16
- 19) ZUMBA 75
- 20) CICLO-INDOOR 208
- 21) YOGA 120

5. MAYORES DE 60 333

- 1) GIMNASIA DE MANTENIMIENTO 60
- 2) GIMNASIA SUAVE 40
- 3) AQUAGIM 150

- 4) BAILES LATINOS 25
- 5) HIDRO-BIKE 18
- 6) YOGA 40

6. DEPORTIVO RECREATIVAS

- 1) XXXVIII TROFEO NAVIDAD FÚTBOL-SALA
 - i. 22 de diciembre al 5 de enero
- 2) XXXVIII TROFEO PRIMAVERA DE BALONCESTO
 - i. 28 de marzo al 8 de abril
- 3) XXXI TORNEO MUNICIPAL DE MINIVOLEIBOL
 - i. Del 7 al 27 de mayo
- 4) XVIII TORNEO MUNICIPAL DE FÚTBOL-7 INFANTIL
 - i. Del 2 al 19 de junio
- 5) XXVI TORNEO MUNICIPAL DE FRONTENIS.
 - i. Del 1 al 17 de junio

7. OCIO Y TIEMPO LIBRE/NATURALEZA

- 1) DÍA DE LA BICICLETA
 - i. 3 de junio

8. JUEGOS DEPORTIVOS MUNICIPALES

- 1) LIGA MUNICIPAL DE VOLEIBOL
 - i. De noviembre a marzo
- 2) LIGA MUNICIPAL DE BALONCESTO
 - i. De noviembre a marzo
- 3) LIGA MUNICIPAL DE FÚTBOL
 - i. De marzo a junio

9. TODOS AL AGUA

DOMINGOS:

NOVIEMBRE: 5 y 12

DICIEMBRE: 3 y 17

ENERO: 14 y 21

FEBRERO: 4 y 18

Actividad dirigida a todas las edades hinchables, juegos, circuitos, matronatación, hidrosporting, fitness acuático...