

Cursos trimestrales de actividades acuáticas.

	1 día / semana	2 días / semana		1 día / semana	2 días / semana
Chupetines 12-24 meses	40,50 €		Adultos (Inici-Interm-Perfec)	48,00 €	75,00 €
Chupetines 24-36 meses	40,50 €	75,00 €	Gent gran		45,00 €
Delfines 3-5 años	40,50 €	75,00 €	Fitness	48,00 €	75,00 €
Niños 6-13 años	30,00 €	51,00 €	Aquasalus		75,00 €
Esport jove 14-16 años	36,00 €	57,00 €	Futuras mamás	Mensual	25,00 €
Natación adaptada	40,50 €				

Cursos mensuales de actividades dirigidas.

	1 día / semana	2 días / semana	3 días / semana
Aeróbic y similares	10,00 €/mes	19,00 €/mes	27,00 €/mes
Similar aerobic grupo reducido	10,00 €/mes		
Pilates	12,00 €/mes	22,00 €/mes	32,00 €/mes
Pilates grupo reducido	17,00 €/mes		
Ciclo indoor	13,00 €/mes	24,00 €/mes	35,00 €/mes

Entradas

	1 sesión	Bono 10 entradas	
Entrada piscina Acceso libre a piscina e hidromasaje	3,00 €	25,50 €	Los menores de 14 años, para entrar en la piscina, deben ir acompañados por un adulto.
Entrada básica Clase de actividad dirigida* Acceso libre a salas de fuerza y cardio.	5,00 €	42,50 €	La edad mínima para acceder a las actividades en seco es de 14 años. Bonos de 10 entradas básicas y general tendrán carácter personal e intransferible (caducidad 6 meses).
Entrada general Clase de actividad dirigida* Acceso libre a salas de fuerza y cardio. Acceso libre a piscina e hidromasaje	7,00 €	59,50 €	*1 clase/entrada de actividad dirigida que deberá de ser con reserva previa y sujeta a disponibilidad.

Abonos

	Individual	Familiar	+ 1 usuario	
Básico -Acceso libre a salas de fuerza y cardio -Acceso a baño libre e hidromasaje	22,00 €/mes (Matrícula 25 €)	34,00 €/mes (Matrícula 40 €)	+ 4,60 €/mes	-30% En actividades acuáticas -60% En actividades dirigidas
Plus -Acceso libre a salas de fuerza y cardio -Acceso a baño libre e hidromasaje -Acceso libre a actividades dirigidas*	36,00 €/mes (Matrícula 35 €)	54,00 €/mes (Matrícula 55 €)	+ 7,00 €/mes	-30% En actividades acuáticas
Plus mañanas Abono plus con horario de mañanas Lunes a viernes de 7:00 a 15:00 Sábado de 8:00 a 14:00	25,00 €/mes (Matrícula 26 €)			-30% En actividades acuáticas de mañanas

Los abonos tendrán carácter personal e intransferible. La edad máxima es de 25 años para terceros y posteriores miembros usuarios de un bono familiar. La edad mínima para acceder a las actividades en seco y al hidromasaje es de 14 años.

Descuentos NO acumulables entre sí. Cuota de mantenimiento por baja temporal: 20% de la matrícula. *La clase de actividad dirigida deberá de ser con reserva previa y sujeta a disponibilidad.

Alquiler de pistas de las instalaciones deportivas municipales

Campos de fútbol municipales	Sin Luz	Con Luz
Fútbol 11	20,00 €/30'	30,00 €/30'
Fútbol 7	10,00 €/30'	15,00 €/30'
Pabellón municipal		
Pista transversal		6,00 €/30'
Pista completa		12,50 €/30'
Salas polivalentes		6,00 €/30'
Polideportivo municipal		
Pista polideportiva cubierta		10,00 €/30'
Tatami		6,00 €/30'
Pista tenis	1,50 €/30'	2,50 €/30'
Pista pádel	4,00 €/30'	5,00 €/30'
Trínquete municipal		
Pista trínquete	1,50 €/30'	2,50 €/30'
Piscina		
Alquiler calle piscina		25 €/60'

Descuento por miembros de unidad familiar inscrito en cualquier actividad del complejo

-10% + 1 usuario	-20% + 2 usuarios	-30% + 3 usuarios	Descuentos por acumulación de servicios no serán acumulables entre si
------------------	-------------------	-------------------	---

Tarifas bonificadas

Recogidas en la ordenanza 2.33 del Ayuntamiento de Riba-roja de Túria vinculadas al indicador de renta IPREM.

-30%	-75%	-90%
------	------	------

Tarjeta de usuario.



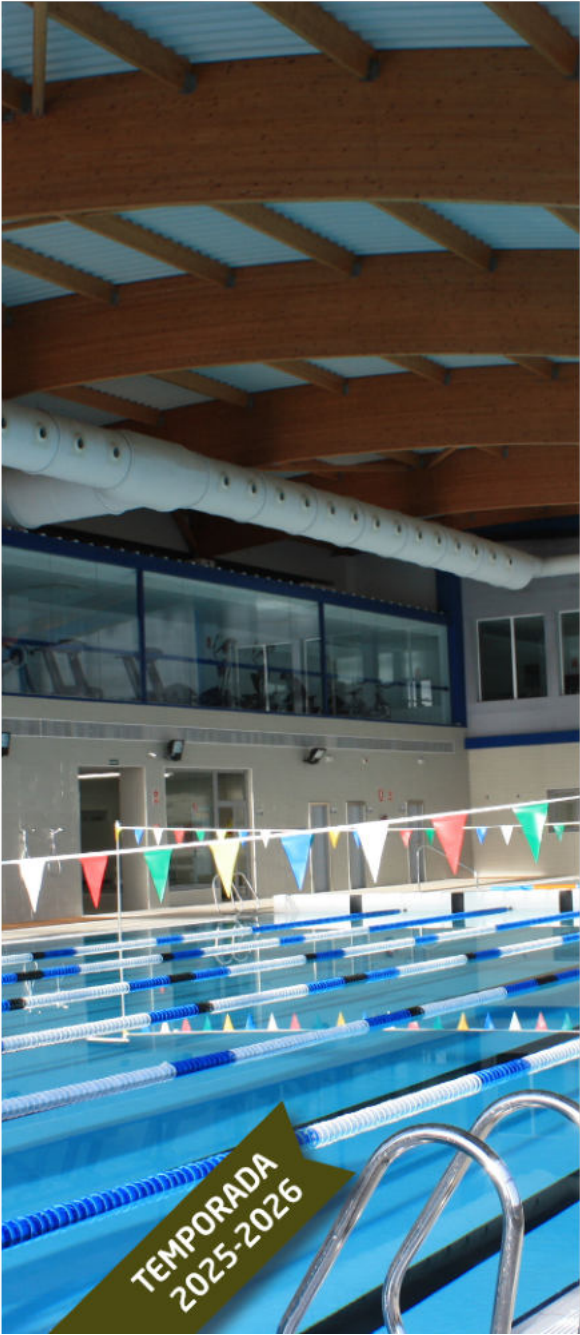
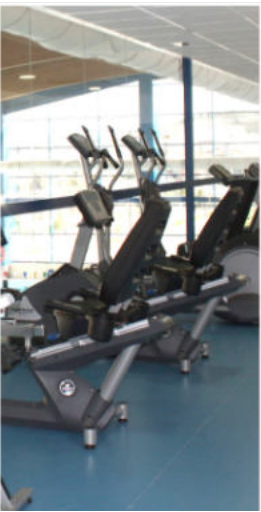
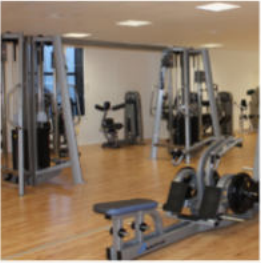
- El coste de la tarjeta de usuario será de 3€.
- Es imprescindible la tarjeta para acceder a la instalación.
- Ante pérdida o deterioro, el usuario deberá solicitar un duplicado de la misma y abonar el coste.
- Información y tramitación en 'Complejo Deportivo La Mallà'.

Pago con tarjeta / Pago con Bizum

No se admite pago en efectivo.



Todo lo indicado en el presente folleto informativo puede estar sujeto a posibles modificaciones en cuanto a actividades, horarios, servicios y precios ofrecidos por parte de la dirección del centro.



Consultar horarios de actividades dirigidas



Cursos trimestrales de actividades acuáticas.



12/36 meses

Actividad dirigida a niños de 12 a 36 meses siempre acompañados dentro del agua por un adulto. Se busca el desarrollo integral del bebé con actividades psicomotrices en el medio acuático en un entorno lúdico, relajado y recreativo. Material necesario: Gorro, pañal de agua, albornoz y chanclas.

CHUPETINES



12/36 meses

CHUPETINES 1 (12-24 meses)
1 día / semana (30')
Lunes 16:15-16:45
Miércoles 16:15-16:45
Viernes 16:15-16:45



24/36 meses

CHUPETINES 2 (24-36 meses)
1 día / semana (30')
Lunes 18:00-18:30
Martes 17:15-17:45
Miércoles 18:00-18:30
Jueves 17:15-17:45
Viernes 18:00-18:30



+60 años

NATACIÓN ADAPTADA

Actividad dirigida a jóvenes con diversidad funcional que son autónomos en la entrada y salida de la piscina, en el cambio en vestuarios y que puedan integrarse en un grupo.



1 día / semana (45')

Viernes 19:15-20:00



FUTURAS MAMÁS

Actividad física de intensidad moderada-baja que busca aprovechar los beneficios del agua para contribuir a mantener un estilo de vida saludable en la mujer embarazada, realizando una práctica física adecuada.



2 días / semana (45')

Lunes y miércoles 16:00-16:45



18/65 años

AQUASALUS

Programa orientado a la mejora de la calidad de vida de las personas con problemas de espalda y patologías leves a nivel osteo-muscular.



2 días / semana (45')

Lunes y miércoles 10:30 -11:15
Lunes y miércoles 19:15 - 20:00 *
Martes y jueves 16:00 - 16:45



3 / 5 años

DELFINES

Actividad dirigida a niños de 3 a 5 años. Buscando la familiarización con el medio acuático, la flotación y desplazamiento sin material, bajo un enfoque lúdico-recreativo.



1 día / semana (45')

Lunes 17:15-18:00
Lunes 18:00-18:45
Martes 17:15-18:00
Martes 18:00-18:45
Miércoles 17:15-18:00
Miércoles 18:00-18:45
Jueves 17:15-18:00
Jueves 18:00-18:45
Viernes 17:15-18:00
Sábado 10:45-11:30



+60 años

GENT GRAN

Dirigida a personas de más de 60 años cuyo objetivo es mantener una forma física saludable y que contribuya a una buena calidad de vida.



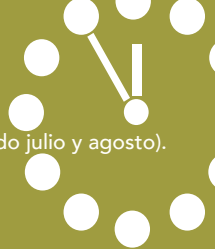
2 días / semana (45')

Lunes y miércoles 11:15-12:00
Lunes y miércoles 16:00-16:45
Martes y jueves 11:15-12:00





HORARIOS
HORARIO INSTALACIONES DEPORTIVAS
De lunes a viernes, de 7 a 22 horas.
Sábado, de 8 a 14 y de 16:30 a 19 horas (Sábado tarde cerrado julio y agosto).
Domingo, de 8 a 14 horas. (Domingo cerrado julio y agosto).
Tel: 96 277 22 11 / deportes@ribarroja.es



HORARIO BAÑO LIBRE: (en temporada de cursillos)
De octubre a junio: de lunes a viernes, de 7 a 17:15 y de 18:45 a 22 horas.
Sábado, de 8 a 14 y de 16:30 a 19 horas. Domingo, de 8 a 14 horas.



6/13 años

NIÑOS

Actividad dirigida a niños de 6 a 13 años. Agrupados en diferente niveles, se trabaja la iniciación, aprendizaje y perfeccionamiento de los estilos de natación así como el de las diferentes habilidades acuáticas en un ambiente lúdico y recreativo.



TIBURONES 6/9 años

1 día / semana (45')
Lunes 17:15-18:00
Lunes 18:00-18:45
Martes 17:15-18:00
Martes 18:00-18:45
Miércoles 17:15-18:00
Miércoles 18:00-18:45
Jueves 17:15-18:00
Jueves 18:00-18:45
Viernes 18:00-18:45
Sábado 10:00-10:45
Sábado 12:00-12:45



ORCAS 10/13 años

1 día/semana (45')
Lunes 17:15-18:00
Martes 18:00-18:45
Miércoles 17:15-18:00
Jueves 18:00-18:45
Viernes 18:00-18:45
Sábado 10:00-10:45
Sábado 12:00-12:45
Los niños de 12 y 13 años, con un nivel alto de nado, podrán acceder a los horarios de Sportjove.



14/17 años

SPORT JOVE

Actividad dirigida a jóvenes de entre 14 y 17 años, con nivel alto de nado, para trabajar y perfeccionar los estilos, así como las distintas habilidades acuáticas.



1 día / semana (45')

Martes 19:15-20:00 *
Jueves 19:15-20:00 *
Viernes 19:15-20:00 *

* Es necesario saber nadar



14/65 años

NATACIÓN ADULTOS

Programa dirigido a la enseñanza, mejora y perfeccionamiento de los estilos y las técnicas de nado así como al desarrollo de una buena condición física. Existen diferentes niveles: Iniciación-mantenimiento, intermedio y perfeccionamiento-avanzado. Para poder acceder a los grupos de nivel intermedio debe haberse superado el nivel 1: flotación, respiración y propulsión básica que permita la autonomía en desplazamiento de 50 metros crol y espalda.



ADULTOS INICIACIÓN (45')

2 días / semana
Lunes y miércoles 09:45 - 10:30
Lunes y miércoles 19:15 - 20:00
Martes y jueves 09:00 - 09:45
Martes y jueves 09:45 - 10:30
Martes y jueves 16:00 - 16:45
Martes y jueves 20:00 - 20:45



ADULTOS INTERMEDIO (45') *

1 día / semana
Viernes 20:00 - 20:45 *



2 días / semana

Lunes y miércoles 09:45 - 10:30 *
Lunes y miércoles 19:15 - 20:00 *
Lunes y miércoles 20:00 - 20:45 *
Lunes y miércoles 20:45 - 21:30 *
Martes y jueves 09:00 - 09:45 *
Martes y jueves 09:45 - 10:30 *
Martes y jueves 15:15 - 16:00 *
Martes y jueves 16:00 - 16:45 *
Martes y jueves 20:00 - 20:45 *
Martes y jueves 20:45 - 21:30 *



ADULTOS - PERFECCIONAMIENTO (45') *

1 día / semana
Viernes 20:00 - 20:45 *



2 días / semana

Lunes y miércoles 09:45 - 10:30 *
Lunes y miércoles 19:15 - 20:00 *
Lunes y miércoles 20:00 - 20:45 *
Lunes y miércoles 20:45 - 21:30 *
Martes y jueves 09:00 - 09:45 *
Martes y jueves 09:45 - 10:30 *
Martes y jueves 15:15 - 16:00 *
Martes y jueves 16:00 - 16:45 *
Martes y jueves 20:00 - 20:45 *
Martes y jueves 20:45 - 21:30 *

* Es necesario saber nadar



16/65 años

FITNESS ACUÁTICO

Actividad acuática de intensidad moderada-alta desarrollada tanto en piscina profunda como no profunda, con elementos de flotación y carga, para la realización de ejercicios aeróbicos, de fuerza y de resistencia muscular. Dirigida a personas con una buena condición física. Es requisito previo haber superado el nivel 1 de natación: flotación, respiración y propulsión básica que permita la autonomía en piscina profunda.



1 día / semana (45') *

Lunes 15:15-16:00 y 20:00-20:45 *
Martes 10:30-11:15 y 19:15-20:00 *
Miércoles 15:15-16:00 y 20:00-20:45 *
Jueves 10:30-11:15 y 19:15-20:00 *



-30%

30 % DTO. por la contratación del segundo curso de 2 días de actividades acuáticas**
**Descuentos no acumulables entre si. Descuento sobre el curso de menor importe.



PERIODICIDAD DE LOS CURSOS DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS:

1 día por semana / 2 días por semana



Nº DE SESIONES POR ACTIVIDAD:

El número de sesiones podrán variar en función de los días festivos.
No obstante se garantizan los siguientes mínimos:
- Actividades de 2 días a la semana: 20 sesiones.
- Actividades de 1 día a la semana: 10 sesiones.



La organización se reserva la posibilidad de realizar cambios de horario o modificaciones durante la temporada.



UTILIZACIÓN DE LOS VESTUARIOS

1. Por motivos higiénicos:
a. No se permite la entrada de carros de bebés a los vestuarios. Por ello se habilitará un espacio para poder dejarlos.
b. No se permite la salida a pasillo de pies descalzos con calzado de calle.
c. No se permite comer ni introducir comida a los vestuarios.



2. Sólo se permite entrar a los vestuarios 15 minutos antes del comienzo de la clase y se deberá salir antes de 20 minutos después de terminar el cursillo.