



Iltmo. Ayuntamiento de Calasparra

CONCEJALÍA DE DEPORTES

Actividades deportivas dirigidas para Adultos.

Actividades:

Gimnasia de Mantenimiento.

Pilates

Multideporte

Yoga

Tabata Time (entrenamiento funcional)

Tenis

Días:

De lunes a Jueves.

Deportes	Pilates	Multideporte	Yoga	Tabata T	G. Mantén
Horarios	8.15 h 9.15h 20.15 h 21.15h	8.15 h 9.15h 20.15 h 21.15h	8.15 h 9.15h 20.15 h 21.15h	20.15 h 21.15h	8.15h 9.15h
Instalación	La Caverina	Campo de Atletismo	Los Molinos	Pabellón	Pabellón

Deportes	Pista tenis 1 Opción 1	Pista Tenis 1 Grupo 2
Horarios	18h Iniciación 1 19h Iniciación 1-2 20h perfecc. 1 21h perfecc. 2	18h Iniciación 1 19h Iniciación 1-2 20h perfecc. 1 21h perfecc. 2
Días	Lunes-miércoles	Martes-Jueves

Inscripción: gratuita, través de sporttia.com, o por teléfono 968745585 – 646389609. de 10.30 a 13.30h o de 18 a 20h.

A partir del jueves 28 de mayo hasta cubrir el cupo.

Hay que renovar la inscripción a partir del viernes de cada semana.

(Quien no esté inscrito en el inicio de la actividad no podrá participar durante ese turno)

Duración de la clase: 45 minutos.

Duración de la actividad: de lunes a jueves

Cada grupo tendrá un máximo de 20 alumno, (**Gimnasia de Mantenimiento, Pilates, Multideporte, Yoga, Tabata Time (entrenamiento funcional).**)

Tenis 2 alumnos máximo por clase.

La inscripción se hará a partir del viernes de cada semana cada semana.



Iltmo. Ayuntamiento de Calasparra

Acceso las instalaciones deportivas:

Campo de fútbol la Caverina:

Entrada y salida: calle polideportivo puerta lateral corredera.

Campo de Atletismo:

Entrada y salida: puerta principal

Pabellón Polideportivo:

Entrada por puerta acceso frente conserjería

Salida por la puerta principal

Pabellón los Molinos:

Entrada y salida: Puerta principal del colegio

Tenis:

Entrada por puerta acceso frente conserjería

Salida por la puerta principal

¿Quién puede participar en estas actividades?

Niñ@s desde los 14 años

Adultos

Niños menores de 14 años federados en el deporte ofertado. (solo Tenis)

Acceso a las instalaciones:

El usuario deberá llevar mascarilla y guantes, en las zonas comunes y de paso.

Guantes para el manejo de material común.

Antes de acceder:

- Dara sus datos personales con el nº de teléfono
- Se le tomará la temperatura con termómetro digital.
- Limpiará las suelas de las zapatillas en una alfombra con solución desinfectante.
- Se desinfectara las manos con hidrogel.
- Se desinfectará el material de uso común antes de utilizarlo.
- Una vez acabado los materiales desechables se depositaran en el contenedor a la salida.
- Las puertas se abrirán 10 minutos antes del uso. Entrando por orden de llegada y guardando las medidas de seguridad de 2 metros de distancia. Y se cerraran una vez que haya entrado todos los inscritos.
- La salida se realizará de forma escalonada, guardando las medidas de seguridad establecidas.



Iltmo. Ayuntamiento de Calasparra

- No se podrán utilizar los vestuarios, solo el servicio de aseos.
Los usuarios mantendrán las medidas sociales de seguridad establecidas de 2 metros de distancia, se establecerán con señales en el suelo, mascarillas y guantes.