

PROGRAMA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE (A+D)

PALACIO DE LOS DEPORTES

P. JUAN DE LANUZA

LUNES

9.50 h Fuerza muscular
18.00 h marcha nórdica

MARTES

18.00 h niños y mamas
20.00 h bádminton

MIÉRCOLES

9.50 h abdominales y lumbares
18.00 h El reto

JUEVES

18.00 h mamas y bebes
20.00 h Abdominales, lumbares, estiramientos

VIERNES

9.50 h Marcha nórdica
11.15 h Estiramientos
18.00 h Bailes en linea
20.00 h Taichi



MARTES

18.15 h Abdominales y lumbares
19.00 h estiramientos

JUEVES

18.15 h Gimnasia musical
19.30 h Fuerza muscular

VIERNES

11.15 h Abdominales, lumbares, estiramientos



ESCOLAR

MARTES 16.45h Taller deportivo 3, 4, 5 años

JUEVES 16.45 h Taller polideportivo 6 a 8 años

ESCOLAR

LUNES 16.45 h taller deportivo 3 años

MIÉRCOLES 16.45 h Taller deportivo 5 años

MIÉRCOLES 16.45 h Taller polideportivo 6 a 8 años

JUEVES 16.45 h Taller deportivo 4 años

PRECIOS DE LOS PROGRAMAS

- PROGRAMA (A+D): 22,70 matrícula y dos cuotas 11,40 euros.(de septiembre a febrero y febrero a julio)
- PROGRAMA (B):22,70 matricula y 33,55 euros al trimestre.

PROGRAMA ACTIVIDAD BÁSICA (B)

PALACIO DE LOS DEPORTES

LUNES

19.30 h Aeroplus

MARTES

9.50 h Aeroplus
19.00 h Gimnasia mantenimiento

MIÉRCOLES

19.30 h Aeroplus

JUEVES

9.50 h Aeroplus
19.00 h Gimnasia mantenimiento



P. JUAN DE LANUZA

LUNES

9.50 h Aeroplus
19.00 h Gimnasia mantenimiento
20.00 h Aeroplus

MARTES

9.50 h Gimnasia mantenimiento

MIÉRCOLES

9.50 h Aeroplus
19.00 h Gimnasia mantenimiento
20.00 h Aeroplus

JUEVES

9.50 h Gimnasia mantenimiento

PROGRAMAS GRATUITOS

10.45 h Gimnasia tercera edad P. Juan de Lanuza
11.35 h Gimnasia tercera edad Palacio de los deportes
9.50 h Utebo Camina. Salida del P. Juan de Lanuza

INFORMACIÓN

Matriculaciones a partir del 1 de septiembre
Comienzo del curso el 14 de septiembre
Teléfono Área de deportes: 976787262
Síguenos en Facebook: (mas información)
www.facebook.com/deportesutebo