



NEGUA

INVIERNO 2019/20

HK HONDARTZA
IROLDEGIA



Kirolzer



GAZTE ETA HELDUAK **JOVENES Y ADULTOS (+16)**



URTEKO JARDUERAK

ACTIVIDADES ANUALES

Irailaren 30tik Ekainaren 21era

Del 30 Septiembre al 21 Junio

Jarduerak Actividades	Asteko Egunak Día Semana	Ordutegia Horario	Prezioa Bazkideentzat Precio Abonado	Prezioa Ez Bazkideentzat Precio No Abonado	Hizkuntza Idioma
Mantenimenduko Gimnasia Gimnasia de Mantenimiento	AL / AZ / OR L / X / V	9:00 / 10:00 10:00 / 11:00 11:00 / 12:00	42,85 €	128,55 €	EU / G
	AL / AZ L / X AS / OG M / J	19:30 / 20:30 16:00 / 17:00 20:30 / 21:30	28,45 €	85,65 €	
Tongigima Tonogym	AL / AZ / OR L / X / V	9:00 / 10:00	42,85 €	128,55 €	EU / G
Aerobika Aerobic	AL / AZ / OR L / X / V	19:30 / 20:30 20:30 / 21:30	42,85 €	128,55 €	EU / G
Yoga Yoga	AS / OG M / J	9:00 / 10:30 10:30 / 12:00 19:15 / 20:45	42,85 €	128,55 €	EU / G
Prestakuntza fisiko intentsiboa Preparación física intensiva	AL / AZ / OR L / X / V	19:30 / 21:00	71,45 €	214,15 €	EU / G
Jarduera fisikoa: mugitzeko zailtasune duten pertsonentzat Actividad personas con dificultades de movilidad *(Prioridad derivadas centro de salud)	AS / OG M / J	10:30 / 11:30 11:30 / 12:30	28,45 €	85,65 €	EU / G



HIRUHILABETEKO JARDUERAK / ACTIVIDADES TRIMESTRALES:

1- Irailak 30 Septiembre - Abenduak 21 Diciembre • 2- Urtarrilak 7 Enero - Martxoak 28 Marzo • 3- Martxoak 30 Marzo - Ekainak 21 Junio

Aquagim-a Aquagym	AS / OG M / J	9:00 / 10:00 8:00 / 9:00	52,25 €	126,00 €	EU / G
	AL / AZ / OR L / X / V	9:00 / 10:00 20:30 / 21:30	78,20 €	188,85 €	
Igeriketa Natación	AL / AZ • L / X AS / OG • M / J	Goizeko eta arratsaldeko ord. Hor. de mañana y tarde	52,25 €	126,00 €	EU / G
Prestakuntza fisikoa (uretan) Preparación física (en el agua)	AS / OG M / J AL / AZ L / X	9:00 / 10:00 19:30 / 20:30 19:30 / 20:30	52,25 €	126,00 €	EU / G
Tenisa Tenis	AS / OG M / J AL / AZ L / X	9:00 / 10:00 10:00 / 11:00 19:00 / 20:00 20:00 / 21:00	52,25 €	126,00 €	G
Padela Pádel	AS / OG • M / J AL / AZ • L / X	Goizeko eta arratsaldeko ord. Hor. de mañana y tarde	114,35 €	285,90 €	G
Cycling-a Cycling	AL / AZ • L / X	10:15 / 11:15 19:25 / 20:25 20:30 / 21:30	76,20 €	190,65 €	EU / G
	AS / OG M / J	9:00 / 10:00 10:00 / 11:00 13:30 / 14:30 18:20 / 19:20 19:25 / 20:25 20:30 / 21:30	76,20 €	190,65 €	
	OS • V	19:25 / 20:25	38,10 €	95,35 €	
Pilates-a Pilates	AL / AZ • L / X AS / OG • M / J AL / OS • L / V OS • V	Goizeko eta arratsaldeko ordutegia Horario de mañana y tarde	76,20 €	190,65 €	EU / G
			45,75 €	143,00 €	
Ciclo Tono	AL / AZ L / X	10:15 / 12:15	90,00 €	220,00 €	EU / G

Tinkotzea Tonificación	AS / OG • M / J AS / AZ • L / X	14:45 / 15:45 18:30 / 19:30 11:15 / 12:15	52,25 €	126,00 €	EU / G
Zumba-Tono	AS / AZ • L / X AS / AZ • L / X	10:00 / 11:00 18:30 / 19:30	52,25 €	126,00 €	EU / G
Cardiofit	AL / AZ • L / X L / S	18:15 / 19:30 9:00 / 10:15	87,55 € 44,50 €	200,85 € 103,50 €	EU / G
Abdominal Hipopresiboa Abdominal Hipopresivo	AL / AZ • L / X AS / OG • M / J	8:30 / 9:00 17:45 / 18:15	52,25 €	126,00 €	G
Total Fit	AS / OG • M / J	17:30 / 18:30	69,70 €	168,00 €	EU
Tono - Express	AS / OG • M / J	7:45 / 8:30	69,70 €	168,00 €	EU / G

HAURRAK NIÑOS (3 - 16)

URTEKO JARDUERAK (Haurrak) / ACTIVIDADES ANUALES (Niños): Irailaren 30etik Ekainaren 21 arte / 30 Septiembre - 21 Junio

Jarduerak Actividades	Adina Edad	Asteko Egunak Días Semana	Ordutegia Horario	Prezioa Bazkideentzat Precio Abonado	Prezioa Ez Abonatuentzat Precio No Abonado	Hizkuntza Idioma
Igeriketa (Olagarro Igeriketa eskola bitartean) Natación (Pulpo a escuela de natación)	3-16 Urte/Años	AL / AZ L / X	Arratsaldeko ordutegia Horario de tarde	155,15 €	377,85 €	EU / G
		AS / OG M / J		77,60 €	188,95 €	
		AZ / X OS / V				
Tenis Tenis		L • S	Goizeko ordutegia Horario mañanas	160,05 €	279,10 €	EU / G
		AL / AZ • L / X AS / OG • M / J	Arratsaldeko ordutegia Horario de tarde	228,70 €	397,90 €	

HIRUHILABETEKO JARDUERAK (HAURRAK) / ACTIVIDADES TRIMESTRALES (NIÑOS):
1- Irailak 30 Septiembre - Abenduak 21 Diciembre • 2- Urtarrilak 7 Enero - Martxoak 28 Marzo • 3- Martxoak 30 Marzo - Ekainak 21 Junio

Haurtxoen igeriketa Natación bebés	6-30 Hilabete Meses	L / S	Goizeko ordutegia Horario mañanas	47,70 €	138,10 €	EU / G
Igeriketa (Hastapena Igela bitartean) Natación (Inicio a rana)	3-16 Urte/Años	AL / AZ • L / X	Arratsaldeko ordutegia Horario de tarde	52,25 €	126,00 €	EU / G
		AS / OG • M / J AZ • X OS • V		26,15 €	63,00 €	
Padel-a Padel	6-9 Urte/Años 10-14 Urte/Años	AL / AZ L / X	Arratsaldeko ordutegia Horario de tarde	114,35 €	285,95 €	G
		AS / OG M / J				
Eskalada Escalada	8-12 Urte/Años 13-16 Urte/Años	OS • V	17:00 / 18:00	44,05 €	76,75 €	EU / G
			18:00 / 19:00 19:00 / 20:00			
Gazteen Cardiofit Cardiofit juvenil	14-16 Urte/Años	AL / AZ L / X	17:15 / 18:15	76,20 €	190,65 €	EU / G

2019/2020 Neguko Kanpainako izen-ematea
Inscripciones Campaña Invierno 2019/2020:

	Bazkideentzat Abonados	Bazkide Ez Direnentzat No abonados
Urteko jarduerak + 1. hiruhilabeteko ikastaroak Actividades anuales + Primer trimestre	Irailak 12 Septiembre	Irailaren 16tik aurrera A partir del 16 Septiembre
2. hiruhilabetea / 2º trimestre	Abenduak 2 Diciembre	Abenduaren 4tik aurrera A partir del 4 Diciembre
3. hiruhilabetea / 3º trimestre	Martxoak 2 Marzo	Martxoaren 4tik aurrera A partir del 4 Marzo

* Ikastaroak hasi ondoren, ez da jardueraren dirurik itzuliko
Una vez iniciados los cursos, no se devolverá el importe de la actividad



HK HONDARTZA
KIROLDEGIA

K Kirolder

HONDARTZA KIROLDEGIA
C/ Foru Kalea s/n
Tel. 943 64 71 37 - Fax 943 64 60 04
20280 HONDARRIBIA



HONDARRIBIKO
UDALA

www.hondartzakiroldegia.com
<https://facebook.com/hondartza.kiroldegia>

