



Ayuntamiento  
de Coria del Río

# Programa de actividades

# DEPORTIVAS

## 2019-2020



Ayuntamiento  
de Coria del Río

Ayuntamiento de Coria del Río, Delegación de Deportes, C/ Pisuerga s/n, 41100 Coria del Río. Sevilla. Tfno.954 34 96 96  
email: [deportes@coriadelrio.es](mailto:deportes@coriadelrio.es) [www.ayto-coriadelrio.es](http://www.ayto-coriadelrio.es)

Pag. 1\_

Este contenido se dirige exclusivamente a sus destinatarios, puede contener información privilegiada o confidencial y es para uso exclusivo de la persona o entidad de destino. Si no es usted, el destinatario indicado, queda notificado de que la lectura, utilización, divulgación y/o copia sin autorización puede estar prohibida en virtud de la LOPD y siguientes modificaciones vigentes.



Ayuntamiento  
de Coria del Río

## INFORMACIÓN GENERAL PARA LA INSCRIPCIÓN

### ¿CUÁNDO, CÓMO Y DÓNDE?

Las inscripciones empezarán a partir del día 2 de Septiembre de 2019.

**-Presencialmente:** Para inscribirse de forma presencial, tendrá que personarse por las instalaciones de la piscina climatizada, situada en C/ Pisuerga s/n.

**-On-line (24 horas):** a través de la página web <https://www.sporttia.com/>

### HORARIO DE OFICINA

**Del 2 al 20 de Septiembre de 2019:** de 09:00h a 14:00h.

**Del 23 de Septiembre de 2019 al 30 de Junio de 2020:** de 09:00h a 21:00h ininterrumpidamente.

### PLAZOS DE INSCRIPCIÓN

A partir del día 2 de Septiembre de 2019.

### DURACIÓN DEL CURSO

Las actividades acuáticas empezarán el día 1 de Octubre de 2019 y finalizarán el día 30 de Junio de 2020.

### DOCUMENTOS NECESARIOS

-1 Fotografía tamaño carnet del solicitante, DNI original, y/o en caso de ser menores de edad (18 años) libro de familia original.

-En el caso de domiciliación bancaria de la tasa, justificación de la titularidad de la cuenta corriente donde conste los 20 dígitos incluido el IBAN.

### FORMAS DE PAGO

-Ingreso directo en cuenta.

-Transferencia bancaria.

-Pago con tarjeta bancaria, en la recepción de piscina cubierta.

-Domiciliación bancaria.

El primer pago que incluirá la primera mensualidad y la matrícula, se realizará en la recepción de la piscina cubierta mediante pago por tarjeta bancaria o ingreso en cuenta bancaria del Ayuntamiento.



Ayuntamiento  
de Coria del Río

En caso de que un usuario desee iniciar una actividad cuyo comienzo mensual ya se haya llevado a cabo, si el alta se da en la primera quincena abonará la tasa completa y si su comienzo es en la segunda quincena abonará la mitad de la tasa.

Los pagos de la cuotas se realizarán obligatoriamente del 1 al 5 de cada mes.

El no abono del importe dentro del periodo establecido, significará la baja automática de la actividad.

Se abonará una matrícula por persona e inscripción cada vez que exista una nueva alta durante la temporada.

## **TARIFAS DE LOS CURSOS**

**INSCRIPCIÓN O MATRÍCULA POR PERSONA: 5€.**

**DESCUENTOS ESPECIALES: 5% de descuento para los pagos por domiciliación bancaria.**



## ACTIVIDADES ACUÁTICAS

Todas estas actividades se desarrollarán en la piscina climatizada. Las actividades para ADULTOS serán para mayores de 16 años. Las actividades para NIÑOS serán para menores de 16 años.

### NATACIÓN INICIACIÓN ADULTOS

Curso destinado para adultos que no saben nadar. Son sus primeras clases.

<u>EDAD</u>	<u>P.VP.</u>	<u>DIAS</u>	<u>HORA</u>
ADULTOS	32,00 €	LXV	10:00 (una hora por turno)
ADULTOS	32,00 €	LXV	19:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50 €	M-J	10:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50 €	M-J	20:00 (una hora por turno)

### NATACIÓN AVANZADA ADULTOS

Curso destinado para adultos que nadan distancias aproximadas de 25 metros con total autonomía. Se inician en la coordinación con la respiración.

<u>EDAD</u>	<u>P.VP.</u>	<u>DIAS</u>	<u>HORA</u>
ADULTOS	32,00 €	LXV	12:00 (una hora por turno)
ADULTOS	32,00 €	LXV	18:00 (una hora por turno)
ADULTOS	32,00 €	LXV	19:00 (una hora por turno)
ADULTOS	32,00 €	LXV	20:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50€	MJ	11:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50€	MJ	17:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50€	MJ	18:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50€	MJ	19:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50€	MJ	20:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50€	MJ	21:00 (una hora por turno)



Ayuntamiento  
de Coria del Río

## NATACIÓN PERFECCIONAMIENTO ADULTOS

Actividad diseñada para adultos que saben nadar distancias de al menos 50 metros al estilo crol y que se inician en la espalda y la braza.

<u>EDAD</u>	<u>P.VP.</u>	<u>DIAS</u>	<u>HORA</u>
ADULTOS	32,00 €	LXV	10:00 (una hora por turno)
ADULTOS	32,00 €	LXV	18:00 (una hora por turno)
ADULTOS	32,00 €	LXV	19:00 (una hora por turno)
ADULTOS	32,00 €	LXV	20:00 (una hora por turno)
ADULTOS	32,00 €	LXV	21:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50€	MJ	10:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50€	MJ	11:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50€	MJ	18:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50€	MJ	19:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50€	MJ	21:00 (una hora por turno)

## ACONDICIONAMIENTO FÍSICO

Consiste en preparar al cuerpo para que esté en buenas condiciones y sea apto para la práctica deportiva. Más allá de la intención competitiva, el acondicionamiento físico contribuye a mejorar la salud y el bienestar de la persona

<u>EDAD</u>	<u>P.VP.</u>	<u>DIAS</u>	<u>HORA</u>
ADULTOS	32,00 €	LXV	20:00 (una hora por turno)
ADULTOS	32,00 €	LXV	21:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50€	MJ	20:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50€	MJ	21:00 (una hora por turno)



Ayuntamiento  
de Coria del Río

## AQUAGYM

La gimnasia acuática incentivada con música garantiza una mejora de las cualidades y habilidades físico-mentales en el medio acuático.

<u>EDAD</u>	<u>P.VP.</u>	<u>DIAS</u>	<u>HORA</u>
ADULTOS	36,00 €	LXV	11:00 (una hora por turno)
ADULTOS	36,00 €	LXV	19:00 (una hora por turno)
ADULTOS	36,00€	LXV	20:00 (una hora por turno)
ADULTOS	24,00 €	MJ	19:00 (una hora por turno)

## AQUACROSSFIT

Actividad con una amplia variedad de ejercicios de fuerza y acondicionamiento físico, combinando propuesta de agua y seco en sesiones diseñadas para mejorar todos los aspectos físicos de la persona.

<u>EDAD</u>	<u>P.VP.</u>	<u>DIAS</u>	<u>HORA</u>
ADULTOS	22,50 €	MJ	21:00 (una hora por turno)

## AQUAPILATES

El agua un medio ideal para adaptar los fundamentos del pilates, para combatir el estrés. Iniciarse en técnicas de relajación y autocontrol.

<u>EDAD</u>	<u>P.VP.</u>	<u>DIAS</u>	<u>HORA</u>
ADULTOS	36,00 €	LXV	10:00 (una hora por turno)
ADULTOS	24,00 €	MJ	10:00 (una hora por turno)
ADULTOS	24,00 €	MJ	20:00 (una hora por turno)

## NATACIÓN PARA LA ESPALDA

Una natación para las patologías de columna, utilizando para ello una natación adaptada y que beneficie su calidad de vida. Para realizar dicha actividad deberá saber nadar 25 metros estilo crol y espalda.

<u>EDAD</u>	<u>P.VP.</u>	<u>DIAS</u>	<u>HORA</u>
ADULTOS	32,00 €	LXV	11:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50 €	M-J	12:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50 €	M-J	19:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50 €	M-J	20:00 (una hora por turno)



## NATACIÓN ESPECIAL

La natación adaptada resulta ser un ejercicio ideal para las personas con discapacidad. Se trata también de un deporte muy completo en el que se ven implicados el sistema motor y psicomotor. músculos, articulaciones, tendones, ligamentos, neuronas, etc. encuentran en el agua el medio idóneo para ejercitarse mediante el movimiento efectuado por el nadador.

<u>EDAD</u>	<u>P.VP.</u>	<u>DIAS</u>	<u>HORA</u>
ADULTOS	32,00 €	LXV	19:00 (una hora por turno)
ADULTOS	22,50 €	M-J	19:00 (una hora por turno)

## NATACIÓN PARA EMBARAZADAS (PRE-POST PARTO)

Un complemento ideal para una experiencia única. Mejora tu condición física así como la práctica de técnicas respiratorias para el parto. También es la mejor forma de recuperar y mejorar la condición física tras el parto.

<u>EDAD</u>	<u>P.VP.</u>	<u>DIAS</u>	<u>HORA</u>
ADULTOS	32,00 €	LXV	11:00 (una hora por turno)

## NADO LIBRE

Nadar puede ser un hábito que uno organice libremente como opción idónea para el mantenimiento físico mental a través del agua.

<u>EDAD</u>	<u>P.VP.</u>	<u>DIAS</u>	<u>HORA</u>
ADULTOS	30,00 €	LXV	09:00 A 18:00 (una hora por turno)
ADULTOS	30,00 €	LXV	21:00 (una hora por turno)
ADULTOS	21,00 €	MJ	07:00 A 18:00 (una hora por turno)
ADULTOS	21,00 €	MJ	21:00 (una hora por turno)

## NADO LIBRE PARA MAYORES

La actividad acuática y la natación son una oportunidad para enriquecer la calidad de vida de los mayores, aprovechando los amplios beneficios y pocos riesgos del medio acuático.

<u>EDAD</u>	<u>P.VP.</u>	<u>DIAS</u>	<u>HORA</u>
MAYORES DE 65 AÑOS	12,00 €	DIARIO	09:00 A 15:00 (1 HORA POR TURNO)



## **FIBROMIALGIA**

El ejercicio físico es uno de los pilares clave en el tratamiento de la fibromialgia, y la práctica de ejercicios en el agua reduce la intensidad del dolor mejorando las relaciones sociales y la salud mental de las personas.

<b><u>EDAD</u></b>	<b><u>P.VP.</u></b>	<b><u>DIAS</u></b>	<b><u>HORA</u></b>
<b>ADULTOS</b>	23,00 €	LXV	09:00 (una hora por turno)
<b>ADULTOS</b>	23,00 €	LXV	10:00 (una hora por turno)
<b>ADULTOS</b>	23,00 €	LXV	11:00 (una hora por turno)
<b>ADULTOS</b>	23,00 €	LXV	12:00 (una hora por turno)
<b>ADULTOS</b>	18,00 €	MJ	09:00 (una hora por turno)
<b>ADULTOS</b>	18,00 €	MJ	10:00 (una hora por turno)
<b>ADULTOS</b>	18,00 €	MJ	11:00 (una hora por turno)
<b>ADULTOS</b>	18,00 €	MJ	12:00 (una hora por turno)
<b>ADULTOS</b>	18,00 €	MJ	20:00 (una hora por turno)

## **AQUASALUD**

Actividad enfocada a la mejora de lesiones y dolencias musculares y articulares a través de ejercicios en nado y ejercicios de movilidad articular. Objetivos principales: mejora la condición física, tonificación de la musculatura, fortalecimiento, relajación muscular, según el tipo de lesión/dolencia. La actividad la podrán cursar personas con edades comprendidas entre 16 y 65 años.

<b><u>EDAD</u></b>	<b><u>P.VP.</u></b>	<b><u>DIAS</u></b>	<b><u>HORA</u></b>
<b>ADULTOS</b>	32,00 €	LXV	15:00 (una hora por turno)
<b>ADULTOS</b>	32,00 €	LXV	20:00 (una hora por turno)
<b>ADULTOS</b>	22,50 €	MJ	15:00 (una hora por turno)



Ayuntamiento  
de Coria del Río

## MATRONATACIÓN 1-2 AÑOS

La matronatación es una actividad que busca la estimulación acuática del bebé por medio de una serie de juegos que le permiten aprender a flotar y moverse por el agua con la ayuda de sus familiares. Mediante la orientación técnica del monitor de la actividad, el familiar participa en una aventura acuática con el bebé.

<b><u>EDAD</u></b>	<b><u>P.VP.</u></b>	<b><u>DIAS</u></b>	<b><u>HORA</u></b>
NIÑOS	32,00 €	LXV	17:00 (una hora por turno)
NIÑOS	32,00 €	LXV	18:00 (una hora por turno)
NIÑOS	23,50 €	MJ	17:00 (una hora por turno)
NIÑOS	23,50 €	MJ	18:00 (una hora por turno)

## NATACIÓN PREESCOLAR INICIACIÓN 3-4-5 AÑOS

Actividad dirigida a niños con edades de 3 a 5 años que no saben nadar. Son sus primeras clases

<b><u>EDAD</u></b>	<b><u>P.VP.</u></b>	<b><u>DIAS</u></b>	<b><u>HORA</u></b>
NIÑOS	32,00 €	LXV	16:00 (una hora por turno)
NIÑOS	32,00 €	LXV	17:00 (una hora por turno)
NIÑOS	32,00 €	LXV	18:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	16:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	17:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	18:00 (una hora por turno)

## NATACIÓN PREESCOLAR AVANZADO 3-4-5 AÑOS

Actividad diseñada para preescolares (de 3 a 5 años) que saben desplazarse con autonomía por el agua.

<b><u>EDAD</u></b>	<b><u>P.VP.</u></b>	<b><u>DIAS</u></b>	<b><u>HORA</u></b>
NIÑOS	32,00 €	LXV	16:00 (una hora por turno)
NIÑOS	32,00 €	LXV	17:00 (una hora por turno)
NIÑOS	32,00 €	LXV	18:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	16:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	17:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	18:00 (una hora por turno)



Ayuntamiento  
de Coria del Río

## NATACIÓN INICIO INFANTIL

Actividad dirigida a niños de entre 6 y 12 años, que no saben nadar o saben muy poco. Son sus primeras clases.

<u>EDAD</u>	<u>P.VP.</u>	<u>DIAS</u>	<u>HORA</u>
NIÑOS	32,00 €	LXV	16:00 (una hora por turno)
NIÑOS	32,00 €	LXV	17:00 (una hora por turno)
NIÑOS	32,00 €	LXV	18:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	16:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	17:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	18:00 (una hora por turno)

## NATACIÓN INICIO AVANZADO INFANTIL

Actividad destinada a alumnos de entre 6 y 12 años que están familiarizados con el medio y que saben al menos mantenerse en el agua.

<u>EDAD</u>	<u>P.VP.</u>	<u>DIAS</u>	<u>HORA</u>
NIÑOS	32,00 €	LXV	16:00 (una hora por turno)
NIÑOS	32,00 €	LXV	17:00 (una hora por turno)
NIÑOS	32,00 €	LXV	18:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	16:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	17:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	18:00 (una hora por turno)



Ayuntamiento  
de Coria del Río

## NATACIÓN AVANZADA INFANTIL

Actividad destinada a alumnos de 6 a 12 años que nadan distancias de 25 a 50 metros con total autonomía, al estilo crol y que se inicia en la espalda y la braza, y en la coordinación de la respiración.

<b><i>EDAD</i></b>	<b><i>P.VP.</i></b>	<b><i>DIAS</i></b>	<b><i>HORA</i></b>
NIÑOS	32,00 €	LXV	17:00 (una hora por turno)
NIÑOS	32,00 €	LXV	18:00 (una hora por turno)
NIÑOS	32,00 €	LXV	19:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	16:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	17:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	18:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	19:00 (una hora por turno)

## NATACIÓN PERFECCIONAMIENTO INFANTIL

Actividad destinada a alumnos de 6 a 12 años que saben nadar distancias de al menos 50 metros al estilo crol y que se inician en la espalda y la braza.

<b><i>EDAD</i></b>	<b><i>P.VP.</i></b>	<b><i>DIAS</i></b>	<b><i>HORA</i></b>
NIÑOS	32,00 €	LXV	17:00 (una hora por turno)
NIÑOS	32,00 €	LXV	18:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	16:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	17:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	18:00 (una hora por turno)

## NATACIÓN PERFECCIONAMIENTO DE JÓVENES

Actividad diseñada para alumnos de edades comprendidas entre 12 y 16 años que saben nadar distancias de al menos 50 metros al estilo crol y que se inician en la espalda y la braza.

<b><i>EDAD</i></b>	<b><i>P.VP.</i></b>	<b><i>DIAS</i></b>	<b><i>HORA</i></b>
NIÑOS	32,00 €	LXV	19:00 (una hora por turno)
NIÑOS	22,50 €	MJ	19:00 (una hora por turno)



Ayuntamiento  
de Coria del Río

## INFORMACIÓN GENERAL

-Las actividades se realizarán en los días y horarios establecidos en su inscripción. Puede sufrir modificaciones previa comunicación por parte del Ayuntamiento.

-Las actividades serán impartidas por monitores y técnicos cualificados.

-Las plazas disponibles para cada actividad son limitadas, adjudicándose por orden de inscripción. Una vez cubierto el cupo de la actividad se establecerá una lista de espera.

-En lista de espera tienen siempre preferencia el usuario que no esté realizando ninguna actividad.

-El calendario correspondiente a la presente temporada 2019-2020 puede estar sujeto a modificaciones durante la misma.

-Los participantes deben poseer el nivel adecuado por participar en las sesiones, sino fuese así el monitor podrá proponer el cambio a otro grupo siempre que existan plazas disponibles.

-Las bajas tienen que ser comunicadas por escrito antes del día 25 del mes anterior al que se solicita la baja en el registro municipal del Ayuntamiento de Coria del Río en horario de apertura al público, o en sede electrónica en cualquier hora (<https://sede.coria del rio>), no se admitirán aquellas que se realicen por teléfono, ni las comunicadas en la oficinas de la Delegación de Deporte.

-En ningún caso será objeto de devolución el importe de la matrícula y los gastos bancarios que se hayan ocasionado.

-Para inscribirse en cualquier actividad será necesario no mantener tasas pendientes de pago de temporadas anteriores, debiendo, en cualquier caso, ingresar las cantidades que se adeuden antes de efectuar la inscripción. Dicho incumplimiento supondrá la pérdida automática de la plaza sin derecho a devolución.

-El Ayuntamiento no se hace responsable de las posibles lesiones que puedan producirse en el desarrollo de las actividades.

**-SE RECOMIENDA LA REALIZACIÓN DE UN CHEQUEO MÉDICO ANTES DE INICIAR CUALQUIER ACTIVIDAD DEPORTIVA, ASÍ PODRÁ CONOCER SU ESTADO GENERAL DE SALUD Y LA ACTIVIDAD DEPORTIVA MÁS RECOMENDABLE PARA USTED.**



Ayuntamiento  
de Coria del Río

## CALENDARIO DE LOS DIAS DE CIERRE DE LA PISCINA CLIMATIZADA

1 DE NOVIEMBRE 2019 (viernes)	DIA DE TODOS LOS SANTOS	CERRADO
6 DE DICIEMBRE 2019 (viernes)	DIA DE LA CONSTITUCIÓN	CERRADO
9 DE DICIEMBRE 2019 (lunes)	FESTIVO AL SER DOMINGO EL DIA DE LA INMACULADA CONCEPCION.	CERRADO
24 DE DICIEMBRE 2019 (martes)	DIA CONVENIDO	CERRADO
25 DE DICIEMBRE 2019 (miércoles)	NAVIDAD	CERRADO
31 DE DICIEMBRE 2019 (martes)	DIA CONVENIDO	CERRADO
1 DE ENERO 2020 (miércoles)	AÑO NUEVO	CERRADO
6 DE ENERO 2020 (lunes)	DIA DE REYES	CERRRADO
28 DE FEBRERO 2020 (viernes)	DIA DE ANDALUCIA	CERRADO
6, 7 Y 8 DE ABRIL 2020	L-M-X SEMANA SANTA	CERRADO DE 14:00 A 21:00H
9 Y 10 DE ABRIL 2020	JUEVES Y VIERNES SANTO	CERRADO
1 DE MAYO 2020 (viernes)	DIA DEL TRABAJADOR	CERRADO
26 DE MAYO DE 2020 (martes)	SALIDA DE CARRETAS ROCIO	CERRADO DE 9:00 A 15:50H