

2012 - 2013

IKASTAROAK CURSOS

IHARDUERAk ACTIVIDADES

IZEN EMATEAK INSCRIPCIONES

EGUTEGIA CALENDARIO



HELDUENTZAKO IKASTAROAK / CURSOS PARA ADULTOS

URTEKO IHARDUERAK (Irailetik ekainera) / ACTIVIDADES ANUALES (De Septiembre a Junio):



URTEKO IHARDUERAK ACTIVIDADES ANUALES	EGUNAK DIAS	ORDUTEGIA HORARIO			BAZKIDEAK ABONADOS	EZ BAZKIDEAK NO ABONADOS
Aerobika / Aerobic	L - X - V	8:00 - 9:00 9:15 - 10:15	15:30 - 16:30	19:30 - 20:30 20:30 - 21:30	61,93 € €	154,80 € €
Mantenu gimnasia Gimnasia Mantenimiento	L - X - V	09:00 - 10:00			61,93 € €	154,80 €
	M - J			19:30 - 20:30	41,25 € €	110,80 €
Yoga	M - J	9:45 - 11:15		19:30 - 21:00	61,93 € €	154,80 € €
MASTER GYM (+60 urte/años))	M - J	10:00 - 11:00			41,25 € €	109,70 € €
ENTRENAMENDU PERTSONALA Entrenamiento personalizado	LIBRE	LIBRE			66,61 € €	166 ,15 € €

HIRU HILABETEKO IHARDUERAK / ACTIVIDADES TRIMESTRALES



3 HILABETEKO IHARDUERAK ACTIVIDADES TRIMESTRALES	EGUNAK DIAS	ORDUTEGIA HORARIO			BAZKIDEAK ABONADOS	EZ BAZKIDE NO ABONADOS
Cycling	M - J	09:15 – 10:00	13:15 – 14:00	19:15 - 20:00 20:00 - 20:45 20:45 - 21:30	66,20 € €	164,05 € €
	L - X		15:45-16:30	18:45 - 19:30 19:30 - 20:15 20:15 - 21:00	66,20 € €	164,05 € €
Helduen Igeriketa / Natación Adultos	M - J	08:00 - 09:00 9:00 - 10:00	15:45-16:45	19:30 - 20:30 20:30 - 21:30	51,76 € €	129,50 € €
Pilates	L - X	9:15-10:00		18:30 - 19:15	66,20 € €	164,05 € €
		Hasiberri - Inicio 19:15 - 20:00				
	M - J	9:00 - 9:45 Hasiberri - Incio				
			15:30-16:15	18:00 - 18:45 18:45 - 19:30		
Akuagyma /Aquagym	L - X - V	8:00 - 09:00 9:00-10:00			66,20 € €	164,05 € €
	L - X			19:30 - 20:30	51,76 € €	128,40 € €
GAP	M - J	9:15-10:15		20:30 - 21:30	66,20 € €	164,05 € €
POWER POOL Prestakuntza fisikoa uretan / Preparación física en el agua	L - X			20:30 - 21:30	53,19 € €	137,05 € €
TONIC & STRECHING Definitu eta luzatu / Definir y estirar	L - X			20:30 - 21:30	53,19 € €	137,05 € €
Eskalada	L - X	9:15 - 10:45		19:30 - 21:00	84,65 € €	178,15 € €
Patinaia (UZTURPEN) /Patinaje	L		19:00 - 20:15	20:15 - 21:30	37,99 € €	93,75 € €
Kempo (Defentsa pertsonala)	L - X - V			20:00 - 21:00	66,20 € €	164,05 € €

HAURRENTZAKO IKASTAROAK / CURSOS INFANTILES

URTEKO IHARDUERAK (Irailtik ekainera) / ACTIVIDADES ANUALES (De Septiembre a Junio):



HIRUHILABETEO IHARDUERAK ACTIVIDADES TRIMESTRALES	EGUNA DIAS	ORDUTEGIA HORARIO	BAZKIDEAK ABONADOS	EZ BAZKIDEAK NO ABONADOS
Kirol esperientziak / Experiencias deportivas 6-10 urte años	L - X	17:30-18:30	66,20 € €	164,05 €
Fama dantza eskola 6-12 urte	M - J	17:30-18:30	66,20 € €	164,05 €
Eskalada	L - X	(6-9urte) 17:30-18:30 (9-13urte) 18:30-19:30	66,20 € €	164,05 € €
Haur Igeriketa / Natación Infantil (3-7 urte)	L - X	17:00-19:00	54,11 € €	132,30 € €
	M - J			
Haurtxoen Igeriketa 6 hiletik aurrera Natación Bebés Mayores 6 meses	V	17:00-19:00	66,20 € €	164,05 € €
	S	10:00-12:00		

FAMILIA UGARIEI %50ko DESKONTUA PREZIO GUZTIETAN.

A las familias numerosas 50% de descuento en todos los precios.

IZEN-EMATEAK INSCRIPCIONES	BAZKIDEAK (Bazkide txartela aurkeztuz) ABONADOS (Presentando tarjeta abonado)	EZ BAZKIDEAK (Esku dirutan ordainduz) NO ABONADOS (Pagando en mano)
URTEKO IHARDUERAK eta 1º HIRUHILABETEOAK * ACTIVIDADES ANUALES y 1º TRIMESTRE *	Irailak 6tik aurrera A partir del 6 Septiembre	Irailak 13tik aurrera A partir del 13 de septiembre
2º HIRUHILABETEA 2º TRIMESTRE	Abenduak 13 tik aurrera A partir del 13 diciembre	Abenduak 16tik aurrera A partir del 16 de diciembre
3º HIRUHILABETEA 3º TRIMESTRE	Martxoak 16 tik aurrera A partir del 16 marzo	Martxoak 21tik aurrera A partir del 21 de marzo

*UMEEN IGERIKETARAKO IZEN EMATEAK, HIRUHILABETE GUZTIETAN 19:00etatik aurrera

*INSCRIPCIONES DE NATACION NIÑOS, EN TODOS LOS TRIMESTRES A PARTIR DE LAS 19:00

2012-2013

IKASTAROEN EGUTEGIA / CALENDARIO ACTIVIDADES

IRAILA / Setiembre						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

URRIA / Octubre						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

AZAROA / Noviembre						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

ABENDUA / Diciembre						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

URTARRILA / Enero						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

OTSAILA / Febrero						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29				

MARTXOA / Marzo						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

APIRILA / Abril						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

MAIATZA / Mayo						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

EKAINA / Junio						
L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

22
saio

2011-2012 kanpainako ASTELEHEN eta ASTEAZKENEKO ikastaroen 1go hiruhilabetea.
1er trimestre de las actividades de LUNES y MIERCOLES de la campaña 2011-2012.

21
saio

2011-2012 kanpainako ASTELEHEN eta ASTEAZKENEKO ikastaroen 2. hiruhilabetea.
2º trimestre de las actividades de LUNES y MIERCOLES de la campaña 2011-2012.

21
saio

2011-2012 kanpainako ASTELEHEN eta ASTEAZKENEKO ikastaroen 3. hiruhilabetea.
3er trimestre de las actividades de LUNES y MIERCOLES de la campaña 2011-2012.

22
saio

2011-2012 kanpainako ASTEARTE eta OSTEGUNEKO ikastaroen 1go hiruhilabetea.
1er trimestre de las actividades de MARTES y JUEVES de la campaña 2011-2012.

22
saio

2011-2012 kanpainako ASTEARTE eta OSTEGUNEKO ikastaroen 2. hiruhilabetea.
2º trimestre de las actividades de MARTES y JUEVES de la campaña 2011-2012.

21
saio

2011-2012 kanpainako ASTEARTE eta OSTEGUNEKO ikastaroen 3. hiruhilabetea.
3er trimestre de las actividades de MARTES y JUEVES de la campaña 2011-2012.

Ikastaroen jai egunak / Días festivos en cursillo.



Kirolzer



TOLOSA
2015

