

Monachil.es



D
X
T

2
3

2
4

Plazo de inscripción:

- **Primer periodo:** Desde el 1 de agosto de 2023 hasta cubrir número máximo de plazas.
- **Segundo periodo:** Desde el 1 de diciembre de 2022 hasta cubrir número máximo de plazas.
- **Tercer periodo:** Desde el 1 de marzo de 2023 hasta cubrir número máximo de plazas.

Más información e inscripción:

- **WEB del Ayuntamiento:** <https://monachil.es/index.php/deportes>
- **AYUNTAMIENTO:** Teléfono: 637 836989 (de lunes a viernes de 9 a 14); E-mail: deportes@monachil.es; Presencial previa cita: de Martes a Viernes de 11 a 13:30 horas.
- **PABELLÓN DEL POLIDEPORTIVO MUNICIPAL "MANUEL ROBLES" (presencial):** De Lunes a Viernes de 9 a 14:00.
- **ONLINE a través de:** <https://monachil.i2a.es/CronosWeb>

Normas generales:

- Cada grupo de actividad comenzará cuando tenga el mínimo señalado por periodo. Si a día 1 del 2º mes del periodo no se llegan a esas inscripciones mínimas el grupo será eliminado del programa.
- La admisión en las diferentes actividades se realizará por estricto orden de inscripción, quedando los no admitidos en lista de espera.
- Por defecto, la inscripción se realiza por periodo.
- La concejalía de deportes se reserva el derecho de dar de baja en cualquier momento aquella o aquellas actividades que pudieran quedar con un número de participantes por debajo de las plazas mínimas necesarias.
- El mínimo y máximo número de plazas por actividad está publicado en el programa de gestión (cronos).
- Insritos en primer periodo tendrán prioridad en inscripción para segundo periodo. Insritos en segundo periodo tendrán prioridad en inscripción para tercer periodo.

Periodos:

PRIMER PERIODO: Del 2 de octubre al 22 de diciembre. - Vacaciones de Navidad. - SEGUNDO PERIODO: Del 8 de enero al 22 de marzo. - Vacaciones de Semana Santa. - TERCER PERIODO: Del 1 de abril al 28 de junio.

Días de fiesta en los que se suspenden las clases:

PRIMER PERIODO: 12 de octubre (Hispanidad); 1 de noviembre (todos los Santos); 6 de diciembre (Día de la Constitución); 8 de diciembre (Día de la Inmaculada). **SEGUNDO PERIODO:** 19 de enero (San Antón, fiesta local); 28 de febrero (día de Andalucía); 18 de marzo (San José, fiesta local); **TERCER PERIODO:** 1 de mayo (Día del Trabajo).

Cuotas generales:

- 16 € / mes actividad de 2 a 3 horas semanales. Por defecto el pago será por periodo (aprox. 3 meses) (48 €).
- 8 € / mes actividad de menos de 2 horas semanales. Por defecto el pago será por periodo (aprox. 3 meses) (24 €).

Descuentos:

- 50%, no acumulables, en los siguientes casos:
 - Pensionista (imprescindible presentar documento que certifique esta situación).
 - Parado/a, demandante de empleo (imprescindible presentar documento que certifique esta situación).
 - 2º miembro de la familia, y siguientes, o 2ª actividad y siguientes (imprescindible presentar justificante de pago del mismo periodo de la otra actividad o miembro de la familia).
- También puede beneficiarse de descuento recargando monedero y pagando posteriormente la actividad desde éste, ya que por cada 20 euros de ingreso en monedero obtendrá un regalo de 4 euros.

- No se aplicará descuento posterior a la realización de la inscripción. Es su responsabilidad solicitar el descuento antes de realizar la inscripción así como la utilización de la opción de pago a través de monedero para aprovechar el regalo por recarga de 20 euros.
- Si tiene derecho a algún descuento solicítelo a través de deportes@monachil.es adjuntando documento necesario según se ha indicado anteriormente.

Devoluciones:

- Sólo se devolverá pago o parte del pago por razones justificadas* que le impidan realizar la actividad durante lo que resta del periodo abonado y siempre y cuando quede como mínimo un mes de actividad. *por ejemplo: enfermedad; cambio de situación familiar o laboral que le impida continuar con la actividad...
- Las devoluciones se realizarán al monedero. Sólo podrá solicitarse devolución a cuenta corriente (no se devuelve regalo por ingreso en monedero) cuando sea solicitada antes de que haya comenzado la actividad. En este caso la devolución deberá solicitarse por registro del Ayuntamiento mediante instancia explicando brevemente el motivo de la cancelación y número de cuenta corriente donde desea recibir la devolución.
- Si se pierden clases por causas imputables a la gestión del Ayuntamiento devolveremos al monedero el importe correspondiente sin que tenga que solicitarlo.

Aerobic

El aerobic reúne todos los beneficios del ejercicio aeróbico, además de ejercitar capacidades físicas como la flexibilidad, coordinación, orientación, ritmo, etc. Grupos:

A1: Lunes, miércoles y viernes de 9:10 a 10:10 horas, en Gimnasio del Campo de Fútbol "Manuel Robles".

A2: Lunes, miércoles y viernes de 19:30 a 20:30 horas, en Gimnasio del Campo de Fútbol "Manuel Robles".



Bailes Urbanos



¡¡¡Nuestra más exitosa actividad física y artística para los/as más jóvenes!!! Clases de iniciación de bailes integrados en el extenso movimiento artístico denominado Hip-Hop. Grupos:

Bu1 (de 6 a 11 años): Jueves y Viernes de 18:30 a 19:30 en Casa de la Cultura.

Bu2 (de 12 a 17 años): Jueves y Viernes de 19:30 a 21:00 en Casa de la Cultura.

Escuela de Actividades en la Naturaleza



Recorrer nuestro espectacular municipio, de norte a sur, de este a oeste, en bici, escalando, con brújula y mapa, esquiando... Dos clases semanales de actividad según calendario específico (ciclismo, escalada, senderismo, orientación, patinaje, etc.) más una actividad al mes, en sábado, domingo o ambos días (evento deportivo, excursión, cursillo, etc.).

ESCUELA DE ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA

- HORARIO: **1er grupo** (de 6 a 11 años): martes y jueves de 16:45 a 17:45 en Polideportivo "Miraflores"; **2º grupo** (de 12 a 15 años): martes y jueves de 17:45 a 18:45 en Polideportivo "Miraflores".

Gimnasia de Mantenimiento

Ejercicio físico genérico, casi siempre al ritmo de la música, cuyo objetivo consiste en la mejora de la condición física y eficacia motora para la vida cotidiana. Grupos:

Gm1: Gimnasio Miraflores: lunes, miércoles y viernes de 11:00 a 12:00 horas.

Gm2: Gimnasio de la Casa de la Cultura y/o Auditorio: lunes, miércoles y viernes de 9:00 a 10:00 horas.

Gm3: Gimnasio de la Casa de la Cultura y/o Auditorio: lunes, miércoles y viernes de 10:00 a 11:00 horas.



Gimnasia Rítmica

Iniciación a este bonito deporte que combina la música con ejercicios gimnásticos, con o sin aparatos (aro, pelota, mazas, cinta y cuerda). Horarios (ambos en Pabellón del P. M. "Manuel Robles"):

Gr1: De 5 a 8 años. Miércoles y Viernes de 16:30 a 18:00 horas.

Gr2: De 9 a 12 años. Miércoles y Viernes de 18:00 a 19:30 horas.



Iniciación Deportiva



Juegos deportivos e iniciación para los/as más pequeños/as. A lo largo del curso irán conociendo y practicando diferentes deportes, de una manera totalmente adaptada y priorizando la diversión.

Edad: De 3 a 6 años.

ID: Lunes y Miércoles de 16:30 a 17:15 h. en Pabellón del P. M. "Manuel Robles" (Barrio).

Pilates

El método Pilates, o simplemente Pilates, es un sistema de entrenamiento físico y mental basado en conocimientos de distintas especialidades como gimnasia, traumatología y yoga, uniendo el dinamismo y la fuerza muscular con el control mental, la respiración y la relajación. Grupos (en Gimnasio de Campo de Fútbol):

PLT1: Lunes y Miércoles de 18 a 19:30 h. en Gimnasio Miraflores.

PLT2: Martes y Jueves de 9:30 a 11:00 h. en Gimnasio de Campo de Fútbol.

PLT3: Martes y Jueves de 11:00 a 12:30 h. en Gimnasio de Campo de Fútbol.

PLT4: Lunes, Miércoles y Viernes de 16:35 a 17:35 h. en Gimnasio de Campo de Fútbol.

PLT5: Martes y Jueves de 17 a 18:30 en Gimnasio de Campo de Fútbol.



Taichí



Arte marcial consistente en ejercicios suaves al ritmo de la respiración. Relajación y puesta a punto para afrontar la tensión diaria. Pabellón o Campo de Fútbol del Polideportivo Municipal "Manuel Robles". Horario:

Ta1 (Iniciación): Lunes y Miércoles de 9:30 a 11:00 horas.

Ta2 (avanzado): Martes y jueves de 9:30 a 11:00 horas.

Tenis



Iniciación, práctica y perfeccionamiento del rey de los deportes de raqueta. Grupos (todos en Pista de Tenis del P. M. "Manuel Robles"):

I-A: Grupo de 6 a 10 años: lunes y miércoles de 17 a 18:00 horas.

I-B: Grupo de 6 a 10 años: Martes y jueves de 17 a 18:00 horas.

II-A: Grupo avanzado, Grupo de 11 a 16 años: lunes y

miércoles de 18:00 a 19:00 horas.

II-B: Grupo avanzado, Grupo de 11 a 16 años: Martes y jueves de 18:00 a 19:00 horas.

III-A: Grupo de 17 años en adelante: Lunes y Miércoles de 19:00 a 20:00 horas.

III-B: Grupo de 17 años en adelante: Martes y Jueves de 19:00 a 20:00 horas.