

LEHORREKO JARDUERAK

astelehena/ asteazkena lunes /miércoles	astearte/ osteguna martes /jueves	ostirala viernes
07:00	07:05 A. TXIRRINDU	07:00
09:00	09:00 YOGA	09:00
09:30 A.TXIRRINDU/ PILATHES/ LUZAKETA	09:30 A. TXIRRINDU/ GIM. ARMONIKOA / 3.ADINA	09:30 A.TXIRRINDU
10:30 AQUAROBIK/ 3. ADINA	10:30 AERODANCE/ YOGA / 3. ADINA ERRELEBOTAKO A. TXIRRINDU	10:30
14:30 YOGA	15:00 A. TXIRRINDU	14:15
15:15 A. TXIRRINDU/ PILATHES AERODANCE	15:15 GIM. ARMONIKOA/ AERODANCE	15:15
16:00 YOGA	16:00	16:00
16:15 FIBROMALGIA	16:30 ERRELEBOTAKO A. TXIRRINDU	16:30
17:10 BATU-GAZTE (10-13 urte/años)	17:10 BATU-GAZTE (14-17 urte/años)	17:10
18:00 A. TXIRRINDU/ FITNESS CLASS	18:00 PILATHES/ AERODANCE	18:00
18:30 GIMN. ARMONIKOA	18:30 A. TXIRRINDU/ YOGA	18:30
19:00 TAI-CHI/ A.TXIRRINDU/ AERODANCE	19:00 PILATHES/ FUNKY	19:00
19:15 EMAKUMEEN ATLETISMOA	19:15 EMAKUMEEN ATLETISMOA	19:15
19:30 PILATHES	19:30 A. TXIRRINDU	19:30
20:00 A. TXIRRINDU/ AERODANCE	20:00 GIMN. ARMONIKOA/ FITNESS CLASS/ YOGA/ AQUAROBIK	20:00
20:30 PILATHES	20:30 MANTENTZE GIMNASIA (Mª Lagundia) A. TXIRRINDU	20:30

URETAKO JARDUERAK

astelehena/ asteazkena lunes /miércoles	astearte/ osteguna martes /jueves	ostirala viernes	larunbata/igandea sábado/domingo
07:00-08:00 HELDUEN HASTAPENA <small>iniciación adultos</small>			
08:00-09:00 HELDUEN HOBEKUNTZA <small>perfeccionamiento adultos</small>			
10:15-10:45			6-24 HILABETE/meses
10:45-11:15			6-24 HILABETE/meses
15:00-16:00			
16:00-16:30	6-24 HILABETE/meses		
16:30-17:00		IGERIKETA EGOKITUA <small>natación adaptada</small>	
16:45-17:30 2-7 URTE/años	2-7 URTE/años		
17:30-18:15 2-7 URTE/años	2-7 URTE/años		
18:15-19:00 8-14 URTE/años	8-14 URTE/años		
19:00-20:00 HELDUEN HASTAPENA <small>iniciación adultos</small>			
20:00-21:00 HELDUEN HOBEKUNTZA <small>perfeccionamiento adultos</small>			

OHARRAK AVISOS:

- Pertsona bakoitza, gehienez, 3 tokitan izena emanda egon daiteke (berdin dio plaza edo itxaron-zerrenda izan).
- Cada persona podrá inscribirse como máximo en 3 plazas (sea en lista de espera o actividad).
- Ikastaroek 17€-ko matricula izango dute, 3.adi-neko eta igeriketako ikastaroek izan ezik.
- Todos los cursillos tendrán una matrícula de 17€, excepto actividades 3º edad y natación.
- Erabilzaileak bestelakorik adierazten ez badu, ikastaroko plaza hileru automatikoki berrituko zaio. Baja emateko azken eguna hilaren 25a.
- Si por parte del usuario@ no hay ninguna comunicación, la plaza del cursillo se renovará automáticamente. El último día para formalizar la baja será el 25 de cada mes.
- Taldeak osatzeko, lehor jarduerak min. 12 eta uretako jarduerak min. 10.
- Para configurar grupos, actividades seco min. 12 y actividades acuáticas min. 10.