

La Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Úbeda ha programado los cursos de las Escuelas Deportivas, Pilates y Mantenimiento, que a continuación se muestran.

El objetivo principal es promocionar entre la población un estilo de vida saludable mediante la actividad física y el Deporte para todas las edades teniendo en cuenta que su práctica constituye la mejor recomendación para mantener y mejorar la Salud.

Fútbol

Disfrutar de este maravilloso deporte no sólo es competir.
Instalación: C.P.M. Antonio Cruz

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
1	Juvenil A 99/01	Martes, Jueves y Viernes	20.30 a 22
2	Juvenil B 99/01	Martes, Jueves y Viernes	20.30 a 22
3	Cadete A 02/03	Lunes, Miércoles y Jueves	20.30 a 22
4	Cadete B 02/03	Lunes, Miércoles y Viernes	20.30 a 22
5	Cadete C-1 02/03	Lunes, Miércoles/Viernes	20.30 a 22/19 a 20.30
6	Infantil A 04/05	Lunes, Miércoles y Viernes	19 a 20.30
7	Infantil B 04/05	Lunes, Miércoles y Viernes	19 a 20.30
8	Infantil C-1 04/05	Lunes, Miércoles y Viernes	19 a 20.30
9	Alevín A 06/07	Lunes/Miércoles/Jueves	16 a 17:30/17:30 a 19:00/19 a 20:30
10	Alevín B 06/07	Lunes/Miércoles/Jueves	16 a 17:30/17:30 a 19:00/19 a 20:30
11	Alevín C 06/07	Lunes/Miércoles/Jueves	16 a 17:30/17:30 a 19:00/19 a 20:30
12	Alevín 1 06/07	Lunes, Miércoles y Viernes	17 a 18
13	Alevín 2 06/07	Martes, Jueves y Viernes	17 a 18
14	Benjamín A 08/09	Lunes, Jueves/Martes	17.30 a 19/16 a 17:30
15	Benjamín B 08/09	Lunes, Jueves/Martes	17.30 a 19/16 a 17:30
16	Benjamín C 08/09	Lunes, Jueves/Martes	17.30 a 19/16 a 17:30
17	Benjamín 1 08/09	Lunes, Miércoles y Viernes	17 a 18
18	Benjamín 2 08/09	Martes, Jueves y Viernes	17 a 18
19	Prebenjamín A 10/11	Martes/Miércoles y Jueves	17.30 a 19/16 a 17.30
20	Prebenjamín B 10/11	Martes/Miércoles y Jueves	17.30 a 19/16 a 17.30
21	Prebenjamín C 10/11	Martes/Miércoles y Jueves	17.30 a 19/16 a 17.30
22	Prebenjamín 1 10/11	Lunes, Miércoles y Viernes	16 a 17
23	Prebenjamín 2 10/11	Martes, Jueves y Viernes	16 a 17
24	Baby 1 2012	Lunes, Miércoles y Viernes	16 a 17
25	Baby 2 2012	Martes, Jueves y Viernes	16 a 17
26	Femenino Base 04/07	Martes, Miércoles y Jueves	19 a 20.30

El alumnado interesado que no se encuentre federado se podrá inscribir sólo en los grupos con letra negrita.

Pádel

Aprendiendo se descubre un Deporte completo además de divertido.

Instalación: C.P.M. "El Viejo"

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
27	2007 a 2010	Martes y Jueves	16:00 a 17:00
28		Martes y Jueves	
29		Miércoles y Viernes	
30		Miércoles y Viernes	
31	2004 a 2008	Martes y Jueves	17:00 a 18:00
32		Martes y Jueves	
33		Miércoles y Viernes	
34		Miércoles y Viernes	
35	2001 a 2003	Martes y Jueves	18:00 a 19:00
36		Martes y Miércoles	
37		Miércoles y Viernes	
38		Miércoles y Viernes	

Multideporte y Psicomotricidad

Grupos de trabajo multidisciplinares para el desarrollo general.

Instalación: Psicomotricidad: 39 - Gimnasio Municipal
40 - C.P.M "El Viejo"
Multideporte: 41 - C.P.M "El Viejo"

GRUPO	DEPORTE	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
39	Psi.	2008 a 2013	Lunes, Martes y Jueves	16:30 a 17:30
40	Psi.	2008 a 2013	Lunes, Miércoles y Viernes	16 a 17
41	MltiD.	2007 a 2009	Martes, Miércoles / Viernes	17 a 18/16 a 17



Artes marciales

Disciplina, orden y control.

Instalación: Gimnasio Municipal

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
42	2000 a 2012	Miércoles y Viernes	16:30 a 17:30



Atletismo

Desarrolla con nosotros tus posibilidades y entre todos mejoraremos tus limitaciones.

Instalación: C.P.M. Antonio Cruz

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
43	2000 a 2010	Martes y Jueves	18:30 a 19:30



Tiro con arco

El tiro con arco ilustra nuestra historia, revela nuestras cualidades humanas, refleja nuestros sueños y aspiraciones; su exigencia física y mental son metáforas de los desafíos de la vida moderna.

Instalación: I.E.S. Los Cerros

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
49	2007 a 1999	Martes y Jueves	18:00 a 20:00



Tenis

El Deporte que te acompaña toda tu vida

Instalación: C.P.M. "El Viejo"

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
50	1999 a 2013	Martes, Miércoles y Jueves	16:00 a 21:00
51	1999 a 2013	Martes, Miércoles y Jueves	16:00 a 21:00
52	1999 a 2013	Martes, Miércoles y Jueves	16:00 a 21:00
53	1999 a 2013	Martes, Miércoles y Jueves	16:00 a 21:00



Baloncesto

Encestando canastas y saltando cada día más.

Instalación: C.P.M. "El Viejo"

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
54	Juvenil Femenino 00/01	Lunes, Miércoles y Viernes	18 a 19
55	Juvenil Masc. 00/01	Martes, Miércoles / Viernes	19 a 20/20 a 21
56	Cadete Fem. A. 02/03	Lunes, Miércoles / Viernes	18 a 19/17 a 18
57	Cadete Fem. B. 02/03	Lunes, Miércoles y Viernes	17 a 18
58	Cadete Masc. 02/03	Martes, Miércoles / Viernes	19 a 20/18 a 19
59	Infantil Masc. 04/05	Lunes, Miércoles y Viernes	19 a 20/18 a 19
60		Lunes, Miércoles y Viernes	16:00 a 17:00
61	Infantiles Esc. Mix. 04/05	Lunes, Miércoles y Viernes	16:00 a 17:00
62	Mini Basket M.05/06/07	Lunes, Miércoles y Viernes	16:00 a 17:00
63	Mini Basket F. 05/06/07	Lunes, Miércoles y Viernes	16:00 a 17:00



Actividad física para la Tercera Edad

Ejercicios moderados para mantener a nuestros queridísimos mayores. Abre la mente. No a la apatía.

Instalación: Gimnasio Municipal

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
44	Pensionistas y Jubilados	Martes y Jueves	10.15 a 11.15
45		Martes y Jueves	11.30 a 12.30
46		Martes y Jueves	12.30 a 13.30
47		Lunes y Miércoles	12.30 a 13.30
48		Martes 10.15 a 11.15	Viernes 9.15 a 10.15

Gimnasia de Mantenimiento

Dejar de hacer ejercicio envejece.

Instalación: Gimnasio Municipal

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
71	Mayores de 16 años y menores de 65 años.	Lunes, Miércoles y Viernes	9.15 a 10.15
72		Lunes, Miércoles y Viernes	11.30 a 12.30
73		Lunes, Miércoles y Jueves	18.30 a 19.30
74		Lunes, Martes y Jueves	20.30 a 21.30

Pilates

Mejora dolores musculares y articulares. Descompresión vertebral y mejora de flexibilidad. Disminución de estrés.

Instalación: Gimnasio Municipal

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
75	Mayores de 16 años y menores de 65 años.	Martes, Jueves y Viernes	9.15 a 10.15
76		Lunes, Miércoles y Viernes	10.15 a 11.15
77		Lunes, Miércoles y Jueves	17.30 a 18.30
78		Martes, Jueves y Lunes	19.30 a 20.30

Fútbol Sala

No es sólo Fútbol en pista, es todo un Deporte en sí mismo.
Instalación: C.P.M. "El Viejo"

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
64	Juvenil A 99/01	Lunes, Martes / Jueves	20 a 21 / 19 a 20
65	Cadete A 02/03	Lunes / Jueves y Viernes	19 a 20/18 a 19
66	Infantil A 04/05	Martes, Jueves / Viernes	18 a 19/18.30 a 19.30
67	Alevín A 06/07	Martes, Jueves y Viernes	17 a 18
68	Benjamín A 08/09	Martes / Jueves y Viernes	17 a 18/16 a 17
69	Prebenjamín A 10/11	Lunes y Martes / Viernes	16 a 17/18 a 19

Ajedrez

La estrategia y los retos de cálculo mejoran el nivel de atención, habilidad, resolución de problemas y mantienen un pensamiento crítico.

Instalación: Hospital de Santiago

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
70	1998 a 2006	Viernes	16:00 a 20:00

Ping Pong

La magia de los Deportes de Raqueta

Instalación: C.P.M. "El Viejo"

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
79	1998 a 2006	Consultar Días	Consultar Horas

Triatlón

Instalación: A consultar

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
80	1998 a 2006	Consultar días	Consultar horas

Bádminton

De los más pequeños de la familia de la raqueta, este Deporte es fascinante.

Instalación: C.P.M. "El Viejo"

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
81	2003 / 2008	Consultar días	Consultar horas

Billar

Instalación: Club Billar Los Amigos

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
82	2007 / 1999	Consultar días	Consultar horas

Voleibol

Animaros a aprender este Deporte tan completo y especial.

Instalación: A consultar

GRUPO	AÑO DE NACIMIENTO	DÍAS	HORARIO
83	2007/1999	Consultar días	Consultar horas

Precios

El precio total para todo el curso es de 84 Euros, a satisfacer 42 Euros a la inscripción y los otros 42 Euros antes del 31 de Diciembre de 2017.

Las familias numerosas dispondrán de un 15% de reducción para el primer hijo inscrito, un 25% para el segundo hijo y un 40% a partir del tercer hijo.

Gimnasia de mantenimiento y Pilates: Matrícula 10 Euros, mensualidad 12 Euros.

Se aplicará una reducción del 15% para miembros de familias numerosas, desempleados, pensionistas y jubilados. También existen descuentos para personas con diversidad funcional.

Actividad para la Tercera Edad Gratis.

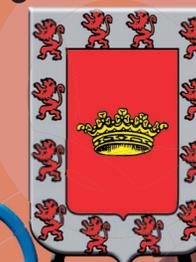
Información e inscripción



Servicio Municipal de Deportes
C/ Comendador Messías s/n
(C.P.M. "El Viejo"
Pabellón Polideportivo)
Tlfn. y fax: 953 75 52 09

BHFimpresiones

Excmo. Ayuntamiento de Úbeda



Concejalía de Deportes
ÚBEDA

Escuelas Deportivas
y Cursos de Actividad Física



Úbeda 2017 / 2018