

ACTIVIDADES 2020 – 2021 JARDUERAK

INSCRIPCIONES

1. A partir del **9 de septiembre**: personas que estaban inscritas cuando se declaró el estado de alarma. Se compensará por las clases no impartidas: ver precios entre paréntesis.
2. A partir del **14 de septiembre**: abonados/as.
3. A partir del **17 de septiembre**: no abonados/as.

Inscripciones presenciales o por teléfono de lunes a viernes.

Se reciben inscripciones por email en info@lizarrerria.com.

FECHAS: Inicio: 28 de septiembre - Fin: 22 de diciembre

Todas las actividades son trimestrales. La renovación para el segundo y tercer trimestre es automática. En el caso de no continuar en la actividad se deberá notificar antes del inicio del trimestre correspondiente.

Precio reducido para abonados/as: se aplicará a personas que mantengan dicha condición durante la duración de la actividad. En el caso de causar baja como abonado/a, se deberá abonar la diferencia de precio completa.

Una vez pasados 15 días desde el inicio de la actividad, no se devolverá ningún importe. Si va a asistir a clases de mañana y tarde, inscribirse en el grupo de la tarde.

PROTOCOLO DE SEGURIDAD

- No acudir al polideportivo en caso de cualquier síntoma de enfermedad.
- Acudir desde casa con ropa deportiva y no utilizar los vestuarios a ser posible.
- Cuando la actividad se realice en la cancha, se deberá acceder por las escaleras de en medio.
- Uso de mascarilla obligatorio hasta entrar en la sala de la actividad.
- No acudir antes de la hora. En caso de tener que esperar, mantener distancia de seguridad.
- En caso de que la esterilla sea necesaria para la actividad (Yoga, Pilates) se recomienda traer de casa. Si no es posible, toalla que cubra toda la esterilla, y desinfectar después.
- Lavado de manos obligatorio antes de entrar a la sala.
- En caso de utilizar material durante la actividad, se deberá desinfectar con producto y papel que se colocará en la sala.

SEGUIR LAS INSTRUCCIONES DEL PROFESORADO PARA EL ACCESO, SALIDA Y UBICACIÓN DURANTE LAS CLASES.

IZENEMATEAK

1. **Irailaren 9tik aurrera:** larrialdi egoera deklaratu zenean izena emanda zeudenentzat. Eman ez ziren saioengatik konpentsatuko da. Ikusi parentesi artean dauden prezioak.
2. **Irailaren 14tik aurrera:** abonatuak.
3. **Irailaren 17tik aurrera:** ez abonatuak.

Izen-emateak aurrez aurre edo telefonoz, astelehenetik ostiralera.

Izena posta elektronikoz eman daiteke info@lizarrerria.com helbidean.

DATAK: hasiera: irailak 28 - Amaiera: abenduak 22

Jarduera guztiak hiru hilean behin egiten dira. Bigarren eta hirugarren hiru hilekoetarako berritzea automatikoa da. Jardueran jarraitu ezean, dagokion hiru hilekoa hasi baino lehen jakinarazi beharko da.

Abonatuentzako prezio murriztua: jarduerak irauten duen bitartean izaera horri eusten dioten pertsoneri aplikatuko zaie. Abonatu gisa baja hartuz gero, prezio osoaren aldea ordaindu beharko da.

Jarduera hasi eta 15 egun igaro ondoren, ez da zenbatekorik itzuliko.

Goizeko eta arratsaldeko eskoletara joan behar baduzu, eman izena arratsaldeko taldean.

SEGURTASUN PROTOKOLOA

- Edozein gaixotasun-sintoma izanez gero, kiroldegira ez etorri.
- Etxetik kirol-arroparekin joatea eta aldagelak ez erabili ahal bada.
- Jarduera kantxan egiten denean, erdiko eskaileretatik sartu beharko da.
- Nahitaezko maskara erabiltzea jardueraren gelan sartu arte.
- Ordua baino lehen ez etorri. Itxaron behar izanez gero, segurtasun-distantzia mantendu.
- Esterilla jarduerarako beharrezkoa bada (Yoga, Pilates), etxetik ekartzea gomendatzen da. Ezinezkoa bada, toalla batekin esterilla gutzia estali, eta desinfectatu gero.
- Derrigorrezkoa eskuak garbitzea aretora sartu aurretik.
- Jardueran zehar materiala erabiliz gero, desinfectatu egin beharko da, aretoan jarriko den produktu eta paperarekin.

MONITOREEK ARETOAN SARTZEKO, IRTETEKO ETA KOKATZEKO EMATEN DITUZTE ARGIBIDEAK JARRAITU.

ACTIVIDADES DE SALA – ARETO JARDUERAK

		* Precio Abonados/as	* Precio no Abonados/as
GIMNASIA DE MANTENIMIENTO Gimnasio azul	Lunes y miércoles: 9:30 a 10:30 - Martes y jueves: 19:45 a 20:45	39,00 (-)	116,00 (-)
STEP Gimnasio azul	Lunes y miércoles: 10:30 a 11:30 - Martes y jueves: 17:45 a 18:45	39,00 (29,00)	116,00 (86,00)
ZUMBA Pista polideportiva	Lunes y miércoles: 10:30 a 11:30 Martes y jueves: 17:15 a 18:15 - 21:00 a 22:00	39,00 (29,00)	116,00 (86,00)
BODY TONIC Gimnasio azul	Martes y jueves: 10:30 a 11:30 - 18:45 a 19:45	39,00 (29,00)	116,00 (86,00)
XTREM Pista polideportiva, gimnasio (viernes)	Martes y viernes: 9:30 a 10:30 - Lunes y miércoles: 20:00 a 21:00	39,00 (29,00)	116,00 (86,00)
GYMTONIC + GAP Gimnasio azul, pista polideportiva (jueves)	Mañanas: jueves 9:30 a 10:30 y viernes de 10:30 a 11:30 Tardes: lunes y miércoles de 17:15 a 18:15	39,00 (29,00)	116,00 (86,00)
CROSSFITNESS Gimnasio azul	Martes y jueves: 20:45 a 21:45	39,00 (29,00)	116,00 (86,00)
ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN Gimnasio azul	Martes y jueves: 16:00 a 16:30 - 16:30 a 17:00	54,00 (40,00)	108,00 (80,00)
PILATES Gimnasio azul	Martes y jueves: 8:30 a 9:30 - 9:30 a 10:30 Lunes y miércoles: 18:15 a 19:15 - 19:15 a 20:15	85,00 (63,00)	159,00 (118,00)
CYCLING Lugar por determinar	Lunes y miércoles: 9:15 a 10:15 - 18:30 a 19:30 Martes y jueves: 17:30 a 18:30 - 18:30 a 19:30 - 19:30 a 20:30 - 20:30 a 21:30	99,00 (73,00)	169,00 (125,00)
YOGA Gimnasio azul	Lunes y miércoles: 11:30 a 13:00 - 15:45 a 17:15 - 20:15 a 21:45	45,00 (-)	130,00 (-)
GIMNASIA RÍTMICA Gimnasio azul	Nacidas/os 2014 y 2015: Viernes 16:30 a 17:30 Nacidas/os 2012 y 2013: Viernes 17:30 a 18:30 Nacidas/os 2009 a 2011: Viernes 18:30 a 19:30 Nacidas/os de 2008 y anteriores: Viernes 19:30 a 20:30	49,00 (-)	73,00 (-)

* Los precios en gris y entre paréntesis son para las personas que estaban inscritas en la actividad en marzo cuando se cerró la instalación. Se compensan las sesiones no impartidas.

ACTIVIDADES DE AGUA – UR JARDUERAK

			Precio Abonados/as	Precio no Abonados/as
AQUAGYM		Lunes y miércoles: 9:30 a 10:15 - 18:45 a 19:30	87,00 (60,50)	174,00 (121,00)
NATACIÓN INFANTIL Grupos reducidos Entre paréntesis, número máximo.	3 años (5)	Lunes y miércoles: 16:15 a 16:45 - 17:15 a 17:45 Martes y jueves: 16:30 a 17:00 - 17:30 a 18:00		
	Iniciación 1 (6)	Lunes y miércoles: 16:45 a 17:15 - 17:45 a 18:15 Martes y jueves: 17:00 a 17:30 - 18:00 a 18:30	79,50 (59,00)	159,00 (118,00)
	Iniciación 2 (8)	Martes y jueves: 18:30 a 19:00		
	Perfeccionamiento (8)	Lunes y miércoles: 18:15 a 18:45		
NATACIÓN ADULTOS	Iniciación	Martes y jueves: 9:30 a 10:00 - 19:00 a 19:30		
	Perfeccionamiento	Martes y jueves: 10:00 a 10:30 - 19:30 a 20:00	79,50 (59,00)	159,00 (118,00)
ESCUELA DE NATACIÓN	Grupo 1 Nacidos/as de 2011 a 2013	Martes y viernes: 17:15 a 18:00		
	Grupo 2 Nacidos/as de 2008 a 2010	Martes y viernes: 18:00 a 18:45	59,00 (15,00)	88,00 (23,00)
	Grupo 3 Nacidos/as en 2007 y anteriores	Miércoles y viernes: 16:30 a 17:15		

* Los precios en gris y entre paréntesis son para las personas que estaban inscritas en la actividad en marzo cuando se cerró la instalación. Se compensan las sesiones no impartidas.



#ConTotalSeguridad
#SegurtasunOsoz

www.lizarrierra.com