

# KIROL ELKARTEAK

ELKARTEA CLUB	EMAILA TELEFONOA	ARDURADUNA RESPONSABLE
Zumaiako Olarru-Sub	olarrusub@gmail.com	Sofia Molias
Zumaiako Kirol Elkarte (pilota)	zpelkartea@gmail.com	Iñaki Ostolaza
Indamendi Mendi Bazkuna	indamendi1@gmail.com http://indamendimb.eus	Lore Esnal
Anade Ehiz eta Arrantza Elkarte	s.anade@anade.eus	Javier Salvador
Zumaiako Triatloi Taldea	zumaiako.triatloi.taldea@gmail.com http://zumaiakott.net	Joseba Amilibia
Zumaiako Telmo Deun Arraun Elkarte	943 143 088 telmodeunae@gmail.com	Joseba Esnal
Zumaiako Txirrindulari Elkarte	albervime@gmail.com	Alberto Vicente
Zumaiako Futbol Taldea	943 862 477 zumaiako@zumaiako.com	Juan Luis Sanchez
Pulpo Kirol Elkarte	943 862 697 · www.pulpo.eus pulpo@pulpo.eus	Iban Narbaiza
Zumaiako Itzurun Surf Kirol Elkarte	ziske.itzurun@gmail.com	Ramon Egiguren
Itxas Gain Kirol Elkarte	itxasgain1968@gmail.com	Jon Lazkano
Zumaiako Nautica Santixo	info@clubnauticozumaia.com	Jose Antonio Granados
Kodaore Judo Taldea	696 339 229	Juantxo Calero
Jolas Golf Karakas	605 715 273	Tito Belartiera
Zumaia Cuban Boxing	606 107 633	Ruben Arredondo
Taosa Igeriketa	taosaigeritaldea@gmail.com	Elena Apestegui
Jira Bira Taldea (patinak)	jirabiran@gmail.com	Iñigo Berastegi
Xake Taldea	zumaiakoxaketaldia@gmail.com	Aitor Sarasketa

## ARAUDIA NORMATIVA

### KIROLDEGIA GUZTIONA DA, ZAINDU DEZAGUN.

EL POLIDEPORTIVO  
ES DE TOD@S,  
¡CUIDÉMOSLO!

- Arropak eta norbere gauzak armairuetan sartzea gomendatzen da.
- Eremu bakoitzeko adinaren araberako erabilera errespetatu.
- Igerilekuan 7 urtetik beherako haurrak bakarrik ez.
- Gimnasioan 14 urtetik beherakoak debekatuta.
- Sauna eta hidromasajea 16 urtetik gora.
- Eremu ezberdineko tresnak erabili eta gero bere lekuan utzi.
- Joakabide higienikoak izan eremu bakoitzean behar den materiala erabiliz:
  - Gimnasioan toalla
  - Igerilekuan eta hidromasajea bainujantzia, txankletak eta txapela.
  - Aldageletako dutxetan txankletak erabili.

- Se recomienda meter la ropa y pertenencias de cada un@ en las taquillas.
- Respetar, los límites de edad de cada zona.
- En la piscina, los niñ@s menores de 7 años no pueden estar solos.
- En el gimnasio, hasta los 14 años prohibido.
- En la sauna y el hidromasaje, a partir de los 16 años.
- Después de utilizar el material de las distintas zonas, recogerlo en su sitio.
- Sé higiénico en cada zona, utilizando el material necesario.
- En el gimnasio el uso de la toalla.
- En la piscina y el hidromasaje, el bañador, las chancletas y el gorro.
- Utilizar las chancletas en las duchas de los vestuarios.



# 2023/24

● LEHORREKO JARDUERAK

Actividades de sala

3 hilabete meses

HELDUAK Adultos	KOD Cod.	GELA Sala	EGUNAK Días	ORDUA Hora	PREZIOA	
					BAZKIDE Soci@	EZ BAZKIDE No soci@
CYCLING	C1	LK0	AL-AK	19:30-20:15	74,75 €	189,40 €
	C2	LK0	AL-AK	20:30-21:15		
	C3	LK0	AT-OG	08:00-08:45		
	C4	LK0	AT-OG	10:00-10:45		
	C5	LK0	AT-OG	18:15-19:00		
	C6	LK0	AT-OG	19:15-20:00		
PILATES	P1	LK3	AL-AK	09:15-10:15	74,75 €	189,40 €
	P2	LK3	AL-AK	18:00-19:00		
	P3	LK3	AT-OG	10:00-11:00		
	P4	LK3	AT-OG	19:15-20:15		
TRX	TR1	LK3	AL-AK	08:00-08:45	74,75 €	189,40 €
	TR2	LK3	AL-AK	15:00-15:45		
	TR3	LK3	AL-AK	20:20-21:05		
	TR4	LK3	AT-OG	15:00-15:45		
	TR5	LK3	AT-OG	18:15-19:00		
GAP	G1	LK3	AL-AK	19:15-20:15	74,75 €	189,40 €
MULTIFITNESS	M1	LK3	AT-OG	20:15-21:15	74,75 €	189,40 €

GAZTEAK (13-16 urte)

CYCLING	CG1	LK0	AL-AK	16:00-16:45	74,75 €	189,40 €
MULTIFITNESS	MG1	LK3	AT-OG	16:00-16:45	74,75 €	189,40 €

IZEN EMATEAK  
INSCRIPCIONES

- HIRUHILEKOA: 2023ko abuztuaren 28tik aurrera  
Hasiera eta amaiera. 2023-09-25 / 2023-12-22
- HIRUHILEKOA: 2023ko abenduaren 4tik aurrera  
Hasiera eta amaiera. 2024-01-08 / 2024-03-22
- HIRUHILEKOA: 2024ko martxoaren 4tik aurrera  
Hasiera eta amaiera. 2024-04-09 / 2024-06-21

LK0: Cycling gela / LK2: 2. gela / LK3: 3. gela

AL: Lunes / AT: martes / AK: miércoles / OG: jueves / OL: viernes

● HELDUEN URETAKO JARDUERA

Actividad de agua adultos

3 hilabete meses

HELDUAK Adultos	PREZIOA	
	BAZKIDE Soci@	EZ BAZKIDE No soci@
HELDUEN IGERIKETA	61,65€	185,30 €

Iraupena: 45'. Egunak: AL-AK / AT-OG  
Maila: hastapena, erdi maila eta hobekuntza.  
Eskaeraren arabera antolatuko dira taldeak. Honetarako zozketa sistema erabiltzea posible da.  
Duración: 45'. Días: lunes-miércoles / martes-jueves.  
Nivel: iniciación, nivel medio, perfeccionamiento  
Los grupos se organizarán dependiendo de la demanda. Para ello, puede ser que se utilice el sistema de sorteo.

● HAURREN URETAKO JARDUERAK

Actividades de agua niñ@s

9 hilabete meses

IZEN EMATEAK 2023ko abuztuak 28 Hasiera eta amaiera. 2023-09-25 / 2024-06-21

HAURTXOEN IGERIKETA	103,25€	266,75 €
Iraupena: 30'. Egunak: OL Haurrekin laguntzaile bat onartuko da aldageletan. Eskaeraren arabera antolatuko dira taldeak. Honetarako zozketa sistema erabiltzea posible da. Duración: 30'. Días: Viernes. Se aceptará un/a acompañante por niñ@ en los vestuarios. Los grupos se organizarán dependiendo de la demanda. Para ello, puede ser que se utilice el sistema de sorteo.		
HAURREN IGERIKETA	103,25€	266,75 €
Iraupena: 30'. Egunak: Astean behin Ordua: 16:30etik aurrera Maila: itsas izarra, dordoka, karramarro, ixkira, olagarro, antxoa eta aingira (45'). Eskaeraren arabera antolatuko dira taldeak. Honetarako zozketa sistema erabiltzea posible da. Duración: 30'. Días: Una vez a la semana Horario: 16:30 en adelante Nivel: itsas izarra, dordoka, karramarro, ixkira, olagarro, antxoa y aingira (45'). Los grupos se organizarán dependiendo de la demanda. Para ello, puede ser que se utilice el sistema de sorteo.		

● ESKOLA KIROL EGOKITUA

Deporte escolar adaptado

Iraupena: 60'. Egunak: AK eta OL Prezioa: 40€  
Aniztasun funtzionala duten 6 urtetik aurrerako haur eta gazteak  
Izen ematea eta informazio gehiago: Ikastetxean edo kiroldegian.  
Duración: 60'. Días: miércoles y viernes. Precio: 40€  
Dirigido a niñ@s y jóvenes mayores de 6 años con diversidad funcional.  
Inscripciones y más información en el polideportivo o en el centro escolar.

OHARRAK:

- Behin ikastaroa kobratu eta gero, ez da itzulketarik eta bajarik onartuko justifikatutako mediku arrazoiengatik ez bada.
- Haurren igeriketako ikastarotan laguntzaile bat onartuko da aldageletan.
- Igeriketa saioak ikusteko eremurik ez dago. Hiruhilekoaren azken bi astetan harmailetatik ikusi ahal izango dira.
- 9 hileko ikastarotan ordainketa bi zatitan egingo da. Urrian eta urtarrilean.

NOTAS:

- Una vez cobrado el cursillo, no se dara de baja ni se hará ninguna devolución si no es por una razón médicamente justificada.
- Se aceptará un acompañante por niñ@ en los vestuarios.
- No hay zona para ver los cursos. Solo se podrán ver las dos últimas semanas del trimestre.
- En los cursos de 9 meses el cobró se hará en dos pagos, en octubre y en enero.