

## ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES DE BURJASSOT

### CURSO 2020/2021 PROGRAMA DE ACTIVIDADES (MAYORES DE 16 AÑOS)

Matrículas en [www.burjassot.org](http://www.burjassot.org) y en el Polideportivo Municipal.

Del 19 al 30 de octubre

Horarios matrícula presencial:  
De lunes a viernes de 9:00 a 13:00h  
Martes y jueves de 17:00 a 19:00h



Ajuntament de  
Burjassot  
Regidoria d'Esports

## INFORMACIÓN MATRÍCULA\*

### Fechas Matriculación

Del 19 al 30 de octubre de 2020 empadronados en Burjassot.

A partir del 26 de octubre las personas empadronadas en otros municipios podrán solicitar plazas en las actividades con plazas vacantes.

A partir de noviembre las matrículas en los cursos con plazas vacantes serán presenciales en el Polideportivo Municipal con CITA PREVIA llamando al 96 364 34 65 y/o 671 60 65 38.

Se abrirá un segundo período de matrícula, tanto presencial como por internet, en los cursos en los que haya vacantes, el 15 de febrero 2021. El precio del curso se reducirá a la mitad.

A las tres faltas sin justificar, se entenderá que se renuncia a la plaza.

### Información COVID-19

Es imprescindible la aceptación del protocolo deportivo frente a la Covid-19 en el momento de formalizar la matrícula.

El desarrollo del curso puede verse afectado y modificado en función de la evolución de la situación sanitaria. En caso de que las condiciones sanitarias requiriesen la suspensión definitiva de los cursos los/as alumnos/as tendrán derecho a la devolución de la parte proporcional del curso no realizado.

### Forma de matricularse ON LINE (internet):

-La matrícula se realiza por internet en la página web [carpeta.burjassot.org](http://carpeta.burjassot.org) y el pago será con tarjeta.

-Es imprescindible que el número móvil esté actualizado para poder realizar la matrícula online. En caso de no estar actualizado se podrá llamar al Polideportivo Municipal para actualizarlo.

\*Se podrá solicitar certificado médico de idoneidad para la práctica deportiva adaptada a cada uno de los deportes.

### Forma de matricularse PRESENCIAL:

Con CITA PREVIA, solicitada a través del teléfono del Polideportivo Municipal 96 364 34 65 y/o 671 60 65 38. Cada cita previa solamente permitirá hacer 2 inscripciones.

### Horario matrícula presencial:

de lunes a viernes de 9:00 a 13:00 h  
martes y jueves 17:00 a 19:00 h

### Forma de pago

En modo *presencial* se puede pagar con tarjeta o con carta de pago emitida en el momento de la matrícula que será efectiva una vez realizado el ingreso bancario. En modalidad *online* se paga con tarjeta.

### Importe de las matrículas:

Escuelas Deportivas Municipales. Niños/as de 3 a 15 años: 52€. Descuento del 50% del importe en casos de Familia Numerosa y bonificación especial del 100% a Familia Numerosa Especial (Aportar Libro de Familia Numerosa vigente)

Gimnasia de Mantenimiento, Taichí, Stretching, Yoga, Yoga integral, Yoga integral y relajación, Yoga espalda, Yoga bebés, Yoga en familia, Pilates y Zumba. Mayores de 16 años: 77,50€. Descuento del 30% a jubilados y/o pensionistas. El primer día de clase deberán presentar el justificante que acredite su situación de jubilado y/o pensionista.

Gimnasia de Mayores de 60 años: 35€

El importe de la matriculación no se devolverá, excepto en los casos en los que la actividad quedase anulada por falta de alumnos/as

Es necesario aportar el original o una copia del DNI/NIE del alumno/a. En caso de no tenerlo por ser menor, se aportará el del/la representante legal. Los documentos caducados (DNI) no tienen validez.

Una vez inscrito en la actividad deportiva sólo se podrán realizar cambios en el caso de que existan plazas en otras modalidades.

### **GIMNASIA DE MANTENIMIENTO ADULTOS**

Gimnasia de mantenimiento basada en estiramientos, preparación física de base con principios de aeróbic, steps y tonificación.

**GRUPO 1-** Lunes y miércoles de 9:30 a 10:30h

Casa de Cultura

(máximo 15 alumnos/as por clase)

**GRUPO 2 -** Lunes y miércoles de 15:30 a 16:30h

**GRUPO 3 -** Martes y jueves de 15:30 a 16:30h

Pabellón Cubierto Municipal

(Máximo 30 alumnos/as por clase en el grupo 2 y en el grupo 3)

### **YOGA**

**Yoga-** Martes y jueves 16:45 a 18:00 h

Auditorio Casa de Cultura (máximo 15 alumnos/as)

**Yoga Espalda-** Miércoles de 15:00 a 17:00h

Casa de Cultura (máximo 15 alumnos/as)

**Yoga Integral y Relajación-** Miércoles de 17:00 a 19:00h

Mercado Antiguo (máximo 20 alumnos/as)

**Yoga en familia-** Viernes 17:00 a 19:00h

Casa de Cultura (máximo 15 + 15 alumnos/as)

**Yoga Integral grupo2-** Martes y viernes de 19:00 a 20:00h

Casa de Cultura (máximo 15 alumnos/as)

**Yoga Integral grupo 1-** Jueves de 10:00 a 12:00h

Casa de Cultura (máximo 15 alumnos/as)

**Yoga para bebés-** Martes de 11:00 a 12:00h y

Jueves de 12:00 a 13:00h

Casa de Cultura (máximo 15 alumnos/as)

### **ZUMBA GOLD**

**GRUPO 1-** Martes y jueves de 9:30 a 10:30 h

**GRUPO 2-** Martes y jueves de 10:30 a 11:30 h

Polideportivo Municipal. Pista de Patinaje

(máximo 30 alumnos/as por clase)

### **ZUMBA FITNESS**

**GRUPO 1-** Lunes y miércoles de 20:00 a 21:00 h

**GRUPO 2-** Lunes y miércoles de 21:00 a 22:00 h

Polideportivo Municipal. Pista Polivalente 3

(máximo 25 alumnos/as por clase)

### **PILATES**

Los grupos tendrán un máximo 15 alumnos/as

**GRUPO 1-** Lunes y miércoles de 11:30 a 12:30h

Salón de Actos Casa de Cultura

**GRUPO 2-** Lunes y miércoles de 12:30 a 13:30

Salón de Actos Casa de Cultura

**GRUPO 3-** Lunes y miércoles de 10:30 a 11:30h

Casa de Cultura

**GRUPO 4-** Lunes y miércoles de 19:00 a 20:00h

Auditorio Casa de Cultura

**GRUPO 5-** Lunes y miércoles de 20:00 a 21:00h

Auditorio Casa de Cultura

**GRUPO 6-** Martes y jueves de 09:30 a 10:30h

Pabellón Cubierto Municipal

**GRUPO 7-** Martes y jueves de 10:30 a 11:30h

Pabellón Cubierto Municipal

**GRUPO 8-** Martes y jueves de 15:00 a 16:00h

Casa de Cultura

**GRUPO 9-** Martes y jueves de 16:00 a 17:00h

Casa de Cultura

**GRUPO 10-** Martes y jueves de 15:30 a 16:30h

Auditorio Casa de Cultura

**GRUPO 11-** Martes y jueves de 20:00 a 21:00h

Casa de Cultura

### **TAICHI**

Martes y jueves

**GRUPO 1-** De 19:00 a 20:00h

**GRUPO 2-** De 20:00 a 21:00h

Mercado Antiguo (Máximo 20 alumnos /as por clase)

### **STRETCHING (Estiramientos)**

Lunes y miércoles

**GRUPO 1-** De 19:00 a 20:00h

**GRUPO 2-** De 20:00 a 21:00h

Mercado Antiguo

(Máximo 20 alumnos /as por clase)

### **GIMNASIA DE MAYORES DE 60 AÑOS\***

**GRUPO 1-** Lunes y miércoles de 9:30 a 10:30h

**GRUPO 2-** Lunes y miércoles de 10:30 a 11:30h

**GRUPO 3-** Lunes y miércoles de 11:30 a 12:30h

Pabellón Cubierto Municipal

(30 plazas por clase)

-----

**GRUPO 4-** Martes y jueves de 9:00 a 10:00h

**GRUPO 5-** Martes y jueves de 10:00 a 11:00h

**GRUPO 6-** Martes y jueves de 11:00 a 12:00h

**GRUPO 7-** Lunes y miércoles de 9:00 a 10:00h

**GRUPO 8-** Lunes y miércoles de 10:00 a 11:00h

**GRUPO 9-** Lunes y miércoles de 11:00 a 12:00h

Pabellón Cubierto Municipal

(30 plazas por clase)

\*Requisitos para Gimnasia de Mayores de 60 años:

- . Estar empadronado/a en Burjassot.
- . Tener 60 años cumplidos o carnet de pensionista.
- . Fotocopia del DNI y certificado médico que acredite la capacidad para realizar este ejercicio.
- . Podrán matricularse en este curso aquellas personas que, no cumpliendo el requisito de la edad, aporten certificado médico que acredite la necesidad de realizar este tipo de ejercicio.