

2023-2024 IKASTURTERAKO KIROL JARDUERAK

OFERTA ACTIVIDADES CURSO 2023-2024



Izena emateko epea / Plazo de inscripción:

Ekainaren 8tik 18ra / del 8 al 18 de Junio

Aurrez aurre Sakonetan eta Torresolon edo honako honen bidez:

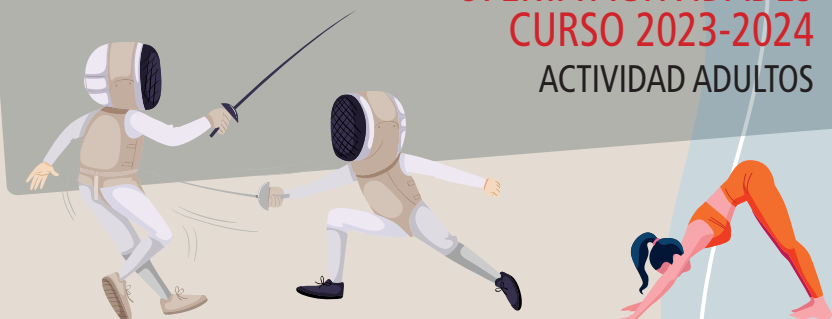
De manera presencial en Sakoneta y Torresolo o a través de:

uki.atezaintza@leioa.eus

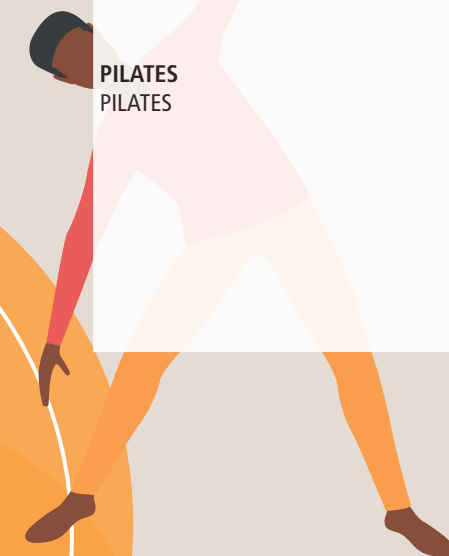


2023-2024 IKASTURTERAKO KIROL JARDUERAK HELDUEN JARDUERA

OFERTA ACTIVIDADES CURSO 2023-2024 ACTIVIDAD ADULTOS

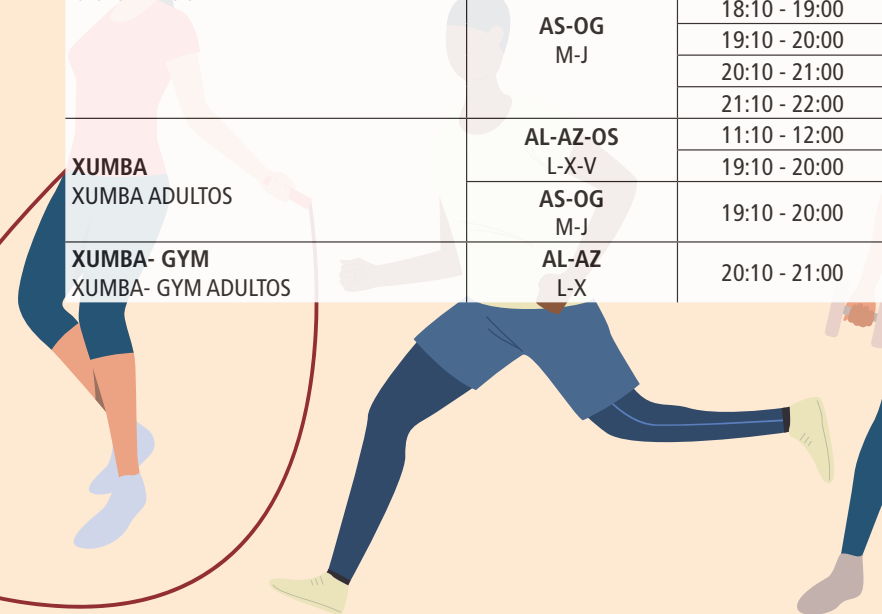


HELDUEN JARDUERA ACTIVIDAD ADULTOS	EGUNAK / DIAS	ORDUTEGIA / HORARIOS
HELDUEN ESGRIMA ESGRIMA ADULTOS	AL-AZ L-X	19:10 - 20:00
LUZAKETAK ESTIRAMIENTOS	AL-AZ L-X	09:10 - 10:00 19:10 - 20:00
HIPOPRESIBOAK HIPOPRESIVOS	OS V	11:10 - 12:00 17:10 - 18:00 18:10 - 19:00 19:10 - 20:00
PILATES PILATES	AL-AZ L-X	08:10 - 09:00
	AL-AZ eta AS-OG L-X y M-J	09:10 - 10:00
		10:10 - 11:00
		11:10 - 12:00
		17:10 - 18:00
		18:10 - 19:00
		19:10 - 20:00
	20:10 - 21:00	
	AL-AZ L-X	21:10 - 22:00
	AL-AZ L-X	14:00 - 14:50 15:00 - 15:50
AS-OG M-J	12:10 - 13:00	
OS V	10:10 - 11:00 20:10 - 21:00	



HELDUEN JARDUERA ACTIVIDAD ADULTOS	EGUNAK / DIAS	ORDUTEGIA / HORARIOS
YOGA YOGA	AL-AZ L-X	09:30 - 10:50 17:10 - 18:30
	AS-OG M-J	09:30 - 10:50 19:10 - 20:30
	OS V	17:10 - 18:30
ARTIKULAZIO GIMNASIA GIMNASIA ARTICULAR	OS V	19:10 - 20:00
BODY COMPLET BODY COMPLET	AL-AZ L-X	09:10 - 10:00 19:10 - 20:00
	AS-OG M-J	10:10 - 11:00 18:10 - 19:00
TONIFIKAZIOA TONIFICACIÓN	AL-AZ-OS L-X-V	10:10 - 11:00
		12:10 - 13:00
		18:10 - 19:00
	AS-OG M-J	20:10 - 21:00
		09:10 - 10:00
		10:10 - 11:00 20:10 - 21:00
COMBI - GYM COMBI - GYM	AL-AZ L-X	15:10 - 16:00
BODY PUMP BODY PUMP	AL-AZ L-X	20:10 - 21:00
	AL-AZ-OS L-X-V	10:10 - 11:00
18:10 - 19:00		
20:10 - 21:00		
21:10 - 22:00		
AS-OG M-J		09:10 - 10:00
		18:10 - 19:00
	19:10 - 20:00 20:10 - 21:00	
AL-AZ-OS L-X-V	11:10 - 12:00	
	19:10 - 20:00	
XUMBA XUMBA ADULTOS	AL-AZ L-X	20:10 - 21:00
	AS-OG M-J	19:10 - 20:00
XUMBA- GYM XUMBA- GYM ADULTOS	AL-AZ L-X	20:10 - 21:00

CICLO INDOOR CICLO INDOOR



HELDUEN JARDUERA ACTIVIDAD ADULTOS	EGUNAK / DIAS	ORDUTEGIA / HORARIOS
ARETO DANTZA BAILES SALON	AL-AZ L-X	11:10 - 12:00
KARIBEAR DANTZAK BAILES CARIBEÑOS	AS-OG M-J	10:10 - 11:00 INICIACION 0
		11:10 - 12:00 MEDIO
		18:10 - 19:00 INICIO - MEDIO
		19:10 - 20:00 MEDIO - AVANZADO
SEVILLANAK SEVILLANAS	AS-OG M-J	20:10 - 21:00 INICIACION
		21:10 - 22:00 INTERMEDIO
		21:10 - 22:00 AVANZADO
FLAMENKO FLAMENCO	AS-OG M-J	21:00 - 21:50
SABELEKO DANTZA DANZA VIENTRE	OS V	19:00 - 20:30
	AL-AZ eta AS-OG L-X y M-J	11:10 - 12:00 12:10 - 13:00
HIRUGARREN ADINEKO GIMNASIA GIMNASIA TERCERA EDAD	OS V	11:10 - 12:00 12:10 - 13:00

2023-2024 IKASTURTERAKO KIROL JARDUERAK UME ETA TXIKIENTZAKO KIROL ESKAINTZA



OFERTA ACTIVIDADES CURSO 2023-2024 ACTIVIDAD INFANTIL Y JUNIOR

UME ETA TXIKIENTZAKO KIROL ESKAINTZA ACTIVIDADES INFANTILES	EGUNAK / DIAS	ORDUTEGIA / HORARIOS
PSIKOMOTRIZITATE (3-5 urte) PSICOMOTRICIDAD (3-5 años)	AL-AZ eta AS-OG L-X y M-J	17:10 - 18:00
TXIKIFIT (6-8 urte) TXIKIFIT (6-8 años)	AL-AZ eta AS-OG L-X y M-J	18:10 - 19:00
HAURFIT (9-11 urte) HAURFIT (9-11 años)	AL-AZ eta AS-OG L-X y M-J	18:10 - 19:00
GAZTEFIT (12-15 urte) GAZTEFIT (12-15 años)	AL-AZ eta AS-OG L-X y M-J	17:10 - 18:00
HAURREN ESGRIMA ESGRIMA INFANTIL	AL-AZ L-X	18:10 - 19:00

2023-2024 IKASTURTERAKO KIROL JARDUERAK HAUR-JUNIOR DANTZAK



OFERTA ACTIVIDADES CURSO 2023-2024 INFANTIL-JUNIOR BAILES

UME ETA TXIKIENTZAKO KIROL ESKAINTZA ACTIVIDADES INFANTILES	EGUNAK / DIAS	ORDUTEGIA / HORARIOS
TXIKIDANTZA (6-8 urte) TXIKIDANTZA (6-8 años)	AL-AZ eta AS-OG L-X y M-J	17:10 - 18:00
HAUR DANTZA MODERNOA (9-11 urte) HAUR DANTZA MODERNOA (9-11 años)	AL-AZ L-X	17:10 - 18:00
	AS-OG M-J	18:10 - 19:00
GAZTE DANTZA MODERNOA (12-15 urte) GAZTE DANTZA MODERNOA (12-15 años)	AS-OG M-J	17:10 - 18:00

2023-2024 IKASTURTERAKO KIROL JARDUERAK UR-JARDUERAK

OFERTA ACTIVIDADES CURSO 2023-2024 AGUA



EKINTZA / ACTIVIDAD	MAILA / NIVEL	EGUNAK / DIAS	ORDUTEGIA / HORARIOS
HAUR IGERIKETA ESKOLA / ESCUELA NATACIÓN INFANTIL	1. MAILA / NIVEL 1	AL-AZ / L-X OS-V	17:50 - 18:30 17:40 - 18:20
	2. MAILA / NIVEL 2	AZ-OG / M-J OS-V	17:10 - 15:50 17:50 - 18:30 17:00 - 17:40
	3. MAILA / NIVEL 3	AL-AZ / L-X	17:10 - 15:50
	4. MAILA (16-22 urte) / NIVEL 4 (16-22 años)	AS-OG / M-J	16:00 - 16:45
NAGUSIEN IGERIKETA ESKOLA / ESCUELA NATACIÓN ADULTOS	1. MAILA / NIVEL 1	AL-AZ / L-X	19:15 - 20:00
		AS-OG / M-J	20:00 - 20:45
	2. MAILA / NIVEL 2	OS-V	18:15 - 19:00
		AL-AZ / L-X AS-OG / M-J	20:00 - 20:45 19:15 - 20:00

EKINTZA / ACTIVIDAD	EGUNAK / DIAS	ORDUTEGIA / HORARIOS
AQUAGYM	AL-AZ / L-X	08:10 - 09:00
		09:10 - 10:00
	AL-AZ / L-X	10:10 - 11:00
		08:10 - 09:00
	AS-OG / M-J	09:10 - 10:00
		11:10 - 12:00
	AL-AZ / L-X	14:10 - 15:00
		AL-AZ eta AS-OG L-X y M-J
	LA-IG / S-D	10:00 - 10:50
	AQUAHAURDUN / AQUAEMBARAZADAS	AS-OG / M-J

