



Ayuntamiento  
de Quer



Quer  
Deportes

## PROPUESTAS DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS 2020/2021

MEDIDAS COVID19

PABELLON DEL COLEGIO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
16:00 a 17:00 hs	GIMNASIA RITMICA 16:00 a 17:30	BAILE FLAMENCO	GIMNASIA RITMICA 16:00 a 17:30	BAILE FLAMENCO	
17:30 a 18:30 hs	BALONCESTO		BALONCESTO		
18:30 a 19:30 hs		TELAS AEREAS		TELAS AEREAS	
19:30 a 20:30 hs		TRX		TRX	
20:30 a 21:30 hs	CROSSFIT	STRETCHING	CROSSFIT	STRETCHING	CROSSFIT

SALA DE ESPEJOS POLIDEPORTIVO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
10:00 a 11:00 hs	PILATES	YOGA	PILATES	YOGA	
17:00 a 18:00 hs	BAILE MODERNO		BAILE MODERNO		
18:00 a 19:00 hs	YOGA INFANTIL		YOGA INFANTIL		
19:00 a 20:00 hs	ZUMBA	PILATES	ZUMBA	PILATES	ZUMBA
20:15 a 21:15 hs		YOGA 2		YOGA 2	
20:30 a 21:30 hs	TAICHI		TAICHI		

SALA DE SPINNING POLIDEPORTIVO	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES
19:00 a 20:00 hs	SPINNING		SPINNING		SPINNING

Polideportivo	VIERNES
17:30 a 19:00 hs	Atletismo

ACTIVIDAD	CLASES AL MES	PRECIO RESIDENTE/TRIMESTRE	PRECIO NO RESIDENTE/TRIMESTRE
CROSSFIT (L-X)	8	45€	85€
CROSSFIT (L-X-V)	12	65€	93€
GIMNASIA RITMICA (3 HS. SEMANA)	4	33€	80€
BAILE FLAMENCO	8	27€	72€
STRETCHING	8	45€	85€
ZUMBA (L-X)	8	45€	85€
ZUMBA (L-X-V)	12	65€	93€
BALONCESTO	8	27€	72€
YOGA INFANTIL	8	27€	72€
BAILE MODERNO	8	27€	72€
TAICHI	8	45€	85€
PILATES	8	45€	85€
YOGA	8	45€	85€
TRX	8	45€	85€
SPINNING (L-X-V)	12	65€	93€
TELAS AEREAS	8	45€	85€
ATLETISMO (3H SEMANA)	4	27€	72€
SALA DE MUSCULACION (A PARTIR DE 16 AÑOS INCLUIDOS)		15€/MES	32€/MES

PARA LAS PERSONAS QUE FINALIZARON LA TEMPORADA PASADA AL CORRIENTE DE PAGO SERA GRATUITO EL MES DE OCTUBRE

### FORMAS DE PAGO

- **EFFECTIVO** ( ABONANDOSE LA TOTALIDAD DEL TRIMESTRE)
- **DOMICILIACION BANCARIA** ( PAGO FRACCIONADO EN LOS DOS PRIMEROS MESES DEL CORRESPONDIENTE TRIMESTRE)

ASI MISMO SE RECUERDA QUE LAS BAJAS EN LAS ACTIVIDADES SE DEBEN FORMALIZAR EN EL AYUNTAMIENTO ANTES DEL COMIENZO DEL TRIMESTRE.

#### NOTA:

**LAS BAJAS PARA EL PRIMER TRIMESTRE DEL 2021 SE DEBEN FORMALIZAR ANTES DEL 20 DE DICIEMBRE DEL 2020**

- PRE-INSCRIPCION EN EL AYUNTAMIENTO HASTA 25 DE SEPTIEMBRE.
- GRUPOS MAXIMOS DE 10 PERSONAS POR ACTIVIDAD (MEDIDAS COVID19.)
- LOS DIAS Y HORAS SON ORIENTATIVOS Y PODRAN VARIAR SEGÚN NECESIDAD.
- LOS USUARIOS QUE TENGAN ALGUN RECIBO PENDIENTE TENDRAN QUE ABONARLO PARA PODER APUNTARSE A UNA ACTIVIDAD