

Horarios

Cursos en Piscina

LUNES - MIÉRCOLES

		INICIO	FINAL	PRECIO	
Turno 1	Edad de oro	9:00	9:45	47,5€	P.P
Turno 2	Edad de oro	9:15	10:00	47,5€	P.G
Turno 3	Aquagym	9:45	10:30	90€	P.P
Turno 4	Terapéutica	10:30	11:15	98,4€	P.P
	Pre/Post parto	10:30	11:15	30€	P.P
Turno 5	Terapéutica	11:15	12:00	98,4€	P.P
Turno 6	Bebés	16:30	17:00	74€	P.P
Turno 7	Bebés junior	17:00	17:30	74€	P.P
Turno 8	Natación infantil	17:20	18:05	90€	P.P
	Natación escolar	17:25	18:10	90€	P.G
	Natación joven	17:15	18:15	83,1€	P.G
Turno 9	Natación infantil	18:05	18:50	90€	P.P
	Natación escolar	18:10	18:55	90€	P.G
	Natación Joven	18:15	19:00	84,1€	P.G
Turno 10	Natación infantil	18:50	19:35	90€	P.P
	Natación escolar	18:55	19:40	90€	P.G
	Natación joven	19:00	19:45	84,1€	P.G
Turno 11	Terapéutica	19:35	20:20	98,4€	P.P

MARTES - JUEVES

		INICIO	FINAL	PRECIO	
Turno 1	Edad de oro	9:00	9:45	47,5€	P.P
Turno 2	Aquagym	9:45	10:30	90€	P.P
Turno 3	Terapéutica	10:30	11:15	98,4€	P.P
Turno 4	Terapéutica	15:00	15:45	98,4€	P.P
Turno 5	Bebés	16:30	17:00	74€	P.P
Turno 6	Bebés junior	17:00	17:30	74€	P.P
Turno 7	Natación infantil	17:20	18:05	90€	P.P
	Natación escolar	17:25	18:10	90€	P.G
	Natación joven	17:30	18:15	84,1€	P.G
Turno 8	Natación infantil	18:05	18:50	90€	P.P
	Natación escolar	18:10	18:55	90€	P.G
	Natación joven	18:15	19:00	84,1€	P.G
Turno 9	Natación infantil	18:50	19:35	90€	P.P
	Natación escolar	18:55	19:40	90€	P.G
	Natación joven	19:00	19:45	84,1€	P.G
Turno 10	Aquagym	19:35	20:20	90€	P.P
Turno 11	Adultos	19:45	20:30	90€	P.G
	Correctiva	19:45	20:30	98,4€	P.G
Turno 12	Terapéutica	20:15	21:00	98,4€	P.P

VIERNES

		INICIO	FINAL	PRECIO	
Turno 1	Bebés	16:30	17:00	37,1€	P.P
Turno 2	Bebés junior	17:00	17:30	37,1€	P.P
Turno 3	Natación infantil	17:20	18:05	45,1€	P.P
	Natación escolar	17:25	18:10	45,1€	P.G
	Natación joven	17:30	18:15	41,6€	P.G
Turno 4	Natación infantil	18:05	18:50	45,1€	P.P
	Natación escolar	18:10	18:55	45,1€	P.G
	Natación joven	18:15	19:00	41,6€	P.G
Turno 5	Natación infantil	18:50	19:35	45,1€	P.P
	Natación escolar	18:55	19:40	45,1€	P.G
	Natación joven	19:00	19:45	41,6€	P.G

SÁBADO

		INICIO	FINAL	PRECIO	
Turno 1	Natación infantil	9:50	10:35	45,1€	P.P
	Natación escolar	9:55	10:40	45,1€	P.G
	Natación joven	10:00	10:45	41,6€	P.G
Turno 2	Adultos	10:30	11:15	45,1€	P.G
Turno 3	Bebés	10:35	11:05	37,1€	P.P
Turno 4	Bebés junior	11:05	11:25	37,1€	P.P
	Natación escolar	11:10	11:55	45,1€	P.G
	Natación joven	11:15	12:00	41,6€	P.G
Turno 5	Natación infantil	11:50	12:35	45,1€	P.P
	Natación escolar	11:55	12:40	45,1€	P.G
	Natacion joven	12:00	12:45	41,6€	P.G
Turno 6	Bebés junior	12:35	13:05	37,1€	P.P

DOMINGO

		INICIO	FINAL	PRECIO	
Turno 1	Natación joven	10:15	11:00	41,6€	P.G
Turno 2	Bebés	11:00	11:30	37,1€	P.P
Turno 3	Bebés junior	11:30	12:00	37,1€	P.P
Turno 4	Natación infantil	12:00	12:45	45,1€	P.P

Edades para cursos

Bebés: de 6 meses a 2 años. Bebés junior: de 2 a 3 años
 Natación infantil: de 3 a 5 años
 Natación escolar: de 5 a 9 años
 Natación joven: de 9 a 14 años

P.G: PISCINA GRANDE · P.P: PISCINA PEQUEÑA

POLIESPORTIU MUNICIPAL D'ALDAIA

Matrícula sólo con cita previa llamando al 96 198 52 70
 o a través de la web www.aldaia.es

Cursos en Piscina

Bebés Edad recomendada de 6 meses a 2 años.

Actividad para los primeros meses de vida, donde se desarrolla las habilidades vitales de supervivencia. Actividad acompañado de un adulto.

Bebés junior Edad recomendada de 2 a 3 años.

Desarrollo de la coordinación y el equilibrio favoreciendo el control postural del cuerpo. Actividad acompañada de un adulto.

Natación infantil Edad recomendada 3 a 5 años.

Se incrementa la autonomía en el agua y comienza adquirir los movimientos de natación.

Natación escolar Edad recomendada 5 a 9 años.

Se mejora la fuerza y resistencia muscular. Se inicia el aprendizaje de los diferentes tipos de natación.

Natación joven Edad recomendada 9 a 14 años.

Se perfecciona las destinas modalidades de natación, además de mejorar el desarrollo de su condición muscular y cardiorrespiratoria.

Adultos A partir de 15 años.

Mejora de la capacidad coordinativa además de la fuerza y resistencia muscular.

Mejora de la movilidad articular y elasticidad muscular.

Edad de oro A partir de 65 años.

Realizar una actividad saludable que aporta beneficios a la salud física y mental.

Aquagym

Ejercicios aeróbicos que reducen el impacto articular, fortaleciendo la musculatura y mejorando la capacidad cardiorrespiratoria.

Terapéutica / Correctiva Cita previa.

Sesiones de natación dirigidas por un/a fisioterapeuta, mediante ejercicios específicos para prevenir o mejorar lesiones o patologías.

Horarios

Actividades Colectivas Infantiles

TENIS INFANTIL

LUNES - MIÉRCOLES

	INICIO	FINAL	PRECIO
7 A 10 AÑOS	18:30	19:20	27,20 €

MARTES - JUEVES

	INICIO	FINAL	PRECIO
7 A 10 AÑOS	17:30	18:20	27,20 €
11 A 15 AÑOS	18:30	19:20	27,20 €
11 A 15 AÑOS	19:30	20:20	27,20 €

VIERNES

	INICIO	FINAL	PRECIO
7 A 15 AÑOS	17:30	18:20	19,60 €
7 A 15 AÑOS	18:30	19:20	19,60 €
7 A 15 AÑOS	19:30	20:20	19,60 €

SÁBADO

	INICIO	FINAL	PRECIO
7 A 15 AÑOS	10:00	10:50	19,60 €
7 A 15 AÑOS	11:00	11:50	19,60 €
7 A 15 AÑOS	12:00	12:50	19,60 €

XIQUIRRITME

LUNES - MIÉRCOLES

	INICIO	FINAL	PRECIO
3 A 6 AÑOS	17:30	18:20	21,70 €

TOTAL TRAINING

LUNES - MIÉRCOLES

	INICIO	FINAL	PRECIO
11 A 15 AÑOS	18:00	18:50	21,70 €

LATIN DANCE KIDS

LUNES - MIÉRCOLES

	INICIO	FINAL	PRECIO
8 A 11 AÑOS	17:30	18:20	39,10 €

BOOT CAMP

MARTES - JUEVES

	INICIO	FINAL	PRECIO
11 A 15 AÑOS	18:30	19:20	80 €

MARTES - JUEVES

	INICIO	FINAL	PRECIO
9 A 11 AÑOS	18:00	18:50	39,10 €

POLIESPORTIU MUNICIPAL D'ALDAIA

Matrícula sólo con cita previa llamando al 96 198 52 70
o a través de la web www.aldaia.es



AJUNTAMENT
d'ALDAIA
Regidoria d'Esports



Horarios Escuelas Deportivas

ESCUELA DE NATACIÓN DE ALDAIA

LUNES - VIERNES

	INICIO	FINAL	PRECIO
Nivel 1	17:30	18:30	83,10 €
Nivel 2	18:30	19:30	83,10 €
Nivel 3	19:30	20:30	83,10 €

ESCUELA DE TENIS DE ALDAIA

MARTES - JUEVES - VIERNES

	INICIO	FINAL	PRECIO
Tecnificación	18:30	19:20	54 €

ESCUELA DE GIMNÁSIA RÍTMICA DE ALDAIA

LUNES - MIÉRCOLES

	INICIO	FINAL	PRECIO
Iniciación 1	17:30	18:50	21,70 €

MARTES - JUEVES

	INICIO	FINAL	PRECIO
Iniciación 2	17:30	18:50	21,70 €

MARTES - JUEVES - VIERNES

	INICIO	FINAL	PRECIO
Martes - jueves	19:00	20:50	36,26 €
Viernes	17:30	19:20	

POLIESPORTIU MUNICIPAL D'ALDAIA

Matrícula sólo con cita previa llamando al 96 198 52 70
o a través de la web www.aldaia.es



Horarios

Clases Colectivas A partir de 16 años

AEROSTEP

	INICIO	FINAL	PRECIO
M-J	15:15	16:05	39,50€

MANTENIMIENTO

Edad de oro

	INICIO	FINAL	PRECIO
M-J	9:30	10:20	6,40€
M-J	10:30	11:20	6,40€

BOOT CAMP

	INICIO	FINAL	PRECIO
L-X	19:30	20:45	80€
L-X	20:30	21:15	80€
M-J	9:30	10:15	80€
M-J	19:30	20:15	80€

TOTAL TRAINING

	INICIO	FINAL	PRECIO
L-X-V	9:30	10:20	54,40€
L-X-V	19:00	19:50	54,40€
L-X-V	20:00	20:50	54,40€
M-J	19:00	19:50	39,10€

SPIN BIKE

	INICIO	FINAL	PRECIO
L-X-V	9:30	10:20	69,90€
L-X	19:30	20:20	54,40€
M-J	19:00	19:50	54,40€
M-J	20:00	20:50	54,40€
M-J	21:00	21:50	54,40€

AEROGRAP

	INICIO	FINAL	PRECIO
L-X	9:30	10:20	39,10€
L-X	19:00	19:50	39,10€
L-X	20:00	20:50	39,10€
M-J	10:30	11:20	39,10€
M-J	18:00	18:50	39,10€
M-J	19:00	19:50	39,10€
M-J	20:00	20:50	39,10€

PILATES TERAPÉUTICO

	INICIO	FINAL	PRECIO
M-V	19:00	19:50	80€
L-X	20:30	21:20	80€

YOGA

	INICIO	FINAL	PRECIO
M-J	10:30	11:20	54,40€
M-J	21:00	21:50	54,40€

TENNIS ADULTS

	INICIO	FINAL	PRECIO
L-X	19:30	20:20	54,40€
L-X	20:30	21:20	54,40€
M-J	20:30	21:20	54,40€

LATIN DANCE

	INICIO	FINAL	PRECIO
L-X	15:15	16:05	39,10€
L-X	21:00	21:50	39,10€
M-J	9:30	10:20	39,10€
M-J	20:00	20:50	39,10€
V	19:00	19:50	19,55€

PILATES

	INICIO	FINAL	PRECIO
L-X	10:30	11:20	54,40€
L-X	19:00	19:50	54,40€
L-X	20:00	20:50	54,40€
L-X	21:00	21:50	54,40€
M-J	15:15	16:05	54,40€
M-J	20:00	20:50	54,40€
V	10:30	11:20	54,40€

POLIESPORTIU MUNICIPAL D'ALDAIA

Matrícula sólo con cita previa llamando al 96 198 52 70
o a través de la web www.aldaia.es

