

# PROGRAMA DE NATACIÓN

## BEBÉS de 4 a 36 meses

Lunes y miércoles	Martes y jueves	Viernes	Sábado
19'15 h.	19'15 h.	19'15 h.	10'40 h. 19'15 h.

Precio trimestral para bebés:  
3 días: 72 € - 2 días: 63'20 € - 1 día: 36'90 €

## PEQUES de 3 y 4 años

Lunes y/o miércoles	Martes y/o jueves	Viernes	Sábado
16'30 h.	16'30 h. (2)	16'30 h.	09'00 h. 09'50 h.
17'20 h.	17'20 h. (2)	17'20 h. (2)	10'40 h.
18'10 h.	18'10 h. (2)	18'10 h.	11'30 h. 12'20 h.

## PEQUES de 4 a 6 años

Lunes y/o miércoles	Martes y/o jueves	Viernes	Sábado
16'30 h.	16'30 h. (2)	16'30 h. (2)	09'00 h. 9'50 h. (2)
17'20 h.	17'20 h. (2)	17'20 h.	10'40 h. (2)
18'10 h.	18'10 h. (2)	18'10 h. (2)	11'30 h. (2) 12'20 h. (2)

## INFANTES de 7 a 10 años

Lunes y/o miércoles	Martes y/o jueves	Viernes	Sábado
16'30 h.	16'30 h.	16'30 h.	9'50 h.
17'20 h.	17'20 h.	17'20 h.	10'40 h.
	18'10 h.	18'10 h.	11'30 h. 12'20 h.

## CADETES Y JÓVENES de 11 a 17 años

Lunes y/o miércoles	Martes y/o jueves	Viernes	Sábado
16'30 h.	16'30 h.	16'30 h.	10'40 h.
17'20 h.	17'20 h.	17'20 h.	11'30 h.
18'10 h.	18'10 h.	18'10 h.	12'20 h.

Precio trimestral para menores:  
3 días: 84'30 € - 2 días: 72'70 € - 1 día: 42'10 €

## ADULTOS nivel aprendizaje, 18 años y más

Lunes y/o miércoles	Martes y/o jueves	Viernes	Sábado
09'30 h. 10'20 h. 15'40 h. 20'00 h. 20'50 h.	09'30 h. 10'20 h. 16'30 h. 19'10 h.	09'30 h. 20'20 h.	09'00 h.

## ADULTOS nivel medio y alto, 18 años y más

Lunes y/o miércoles	Martes y/o jueves	Viernes	Sábado
09'30 h. 10'20 h. 15'40 h. 20'00 h. 20'50 h.	09'30 h. 10'20 h. 16'30 h. 19'10 h.	09'30 h. 20'00 h.	09'00 h.

## ADULTOS PERFECCIONAMIENTO

Lunes y/o miércoles	Martes y/o jueves	Viernes	Sábado
15'40 h. 20'00 h.		15'40 h.	

Precio trimestral para adultos:  
3 días: 84'30 € - 2 días: 72'70 € - 1 día: 42'10€

## MAYORES de 60 años

Lunes y/o miércoles	Martes y/o jueves	Viernes	Sábado
09'30 h.	09'30 h.	09'30 h.	09'00 h.
10'20 h.	10'30 h.		
20'00 h.			

Precio trimestral para mayores de 60 años:  
3 días: 31'60 € - 2 días: 26'30 € - 1 día: 21'10 €

# PROGRAMA ACUÁTICO DE SALUD

## EJERCICIO TERAPÉUTICO PARA MAYORES

Lunes y miércoles	Martes y jueves	Viernes	Sábado
08'50 h.		08'50 h.	

Precio trimestral:  
3 días: 31'60 € - 2 días: 26'30 € - 1 día: 21'10 €

## NATACIÓN ESPALDA Y LESIONES

Lunes y/o miércoles	Martes y/o jueves	Viernes	Sábado
08'00 h. 10'20 h. 11'10 h. 19'10 h. 20'00 h.	08'00 h. 09'30 h. 10'20 h. 20'00 h. 20'50 h.	08'00 h. 10'20 h. 11'10 h. 20'00 h.	

Precio trimestral para menores:  
3 días: 84'30 € - 2 días: 72'70 € - 1 día: 42'10 €

## EJERCICIO FIBRO-SALUD

Lunes y/o miércoles	Martes y/o jueves	Viernes	Sábado
11'10 h.		11'10 h.	

Precio trimestral fibro-salud:  
3 días: 84'30 € - 2 días: 72'70 € - 1 día: 42'10 €

## NATACIÓN PARA EMBARAZADAS

Lunes y/o miércoles	Martes y/o jueves	Viernes	Sábado
20'00 h.	10'20 h.		

Precio trimestral para embarazadas:  
3 días: 73'80 € - 2 días: 63'20 € - 1 día: 36'90 €

## ACTIVIDAD ACUÁTICA INCLUSIVA

En cualquiera de los cursos ofertados en este folleto.

## ACTIVIDAD ACUÁTICA ADAPTADA

Dirigida a personas con discapacidad. Consultar con el equipo de fisioterapeutas horarios y días.

Precio trimestral actividad adaptada:  
3 días: 83'20 € - 2 días: 68'50 € - 1 día: 37'90 €

# PROGRAMA EJERCICIO ACUÁTICO

## EJERCICIO ACUÁTICO PARA MAYORES

Lunes y/o miércoles	Martes y/o jueves	Viernes	Sábado
10'20 h.	10'20 h.	10'20 h.	
	19'10 h.		

Precio trimestral ejercicio acuático mayores:  
3 días: 31'60 € - 2 días: 26'30 € - 1 día: 21'10 €

## AQUAGYM – AQUAERÓBIC

Lunes y/o miércoles	Martes y/o jueves	Viernes	Sábado
15'40 h.	20'00 h.	15'40 h.	
20'00 h.			

## HIDRORIDER (bicis en el agua)

Lunes y/o miércoles	Martes y/o jueves	Viernes	Sábado
09'30 h.	09'30 h.	09'30 h.	
20'50 h.			

Precio trimestral programa ejercicio acuático:  
3 días: 83'20 € - 2 días: 68'50 € - 1 día: 37'90 €

Los horarios subrayados de los cursos que coinciden se imparten de manera unificada.

## INSCRIPCIONES

Se realizarán en **dos turnos** de forma presencial en la recepción de la Piscina Cubierta (C/ Paraguay s/n. Tlf.: 968 639 757):

- Desde el 1 de septiembre para renovaciones del curso anterior.
- Y a partir del día 7 de septiembre para las inscripciones de nuevos usuarios.

Para el segundo y tercer trimestre, los inscritos tendrán la posibilidad de renovar hasta 15 días antes del inicio del trimestre.

Mientras que para los nuevos usuarios su inscripción se realizará a partir de dicha fecha.

Se perderá la plaza por: impago de la cuota o falta de asistencia reiterada (>3) sin justificación alguna.

## BONIFICACIONES EN LOS PRECIOS DE LOS CURSOS

- Discapacidad igual o superior al 65 % ..... 100%
- Menores de familias en desempleo y sin ingresos...80%
- Discapacidad igual entre 33 y 65 %.....50 %
- Familia numerosa y monoparental..... 20 %
- Niños pertenecientes a familias con ingresos inferiores a 1.5 veces del SMI.....20%
- Niños asociados a AMPAS de Alhama... .15 %
- Estudiantes (bachiller y universidad)... 15 %
- Bono salud (2 ó más actividades)... 15 %
- 3 Miembros de la misma familia... .20 %
- 4 ó más miembros de la misma familia. 30 %

En todos los casos deberán acreditarse la condición para obtener bonificación. Las bonificaciones no son acumulables. Los cursos para jubilados y mayores de 60 años, ya tienen la tarifa especial correspondiente.

## NOTAS

Los precios tendrán validez durante el año 2023 pudiendo modificarse para el año 2024 por parte del Pleno Municipal.

Los pagos podrán fraccionarse según necesidades del servicio.

Las personas que no sean abonadas de la piscina deberán pagar una matrícula de 15'80 euros.

Si existiese un error en la publicación o edición de los precios, serán válidos los que figuran en la Ordenanza General Reguladora de Precios Públicos del Ayuntamiento de Alhama de Murcia.

## CALENDARIO TEMPORADA 2023/2024

Septiembre 2023							Febrero 2024						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3				1	2	3	4
4	5	6	7	8	9	10	5	6	7	8	9	10	11
11	12	13	14	15	16	17	12	13	14	15	16	17	18
18	19	20	21	22	23	24	19	20	21	22	23	24	25
25	26	27	28	29	30		26	27	28	29			
Octubre 2023							Marzo 2024						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
						1					1	2	3
2	3	4	5	6	7	8	4	5	6	7	8	9	10
9	10	11	12	13	14	15	11	12	13	14	15	16	17
16	17	18	19	20	21	22	18	19	20	21	22	23	24
23/30	24/31	25	26	27	28	29	25	26	27	28	29	30	
Noviembre 2023							Abril 2024						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	6	7
6	7	8	9	10	11	12	8	9	10	11	12	13	14
13	14	15	16	17	18	19	15	16	17	18	19	20	21
20	21	22	23	24	25	26	22	23	24	25	26	27	28
27	28	29	30				29	30	31				
Diciembre 2023							Mayo 2024						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3			1	2	3	4	5
4	5	6	7	8	9	10	6	7	8	9	10	11	12
11	12	13	14	15	16	17	13	14	15	16	17	18	19
18	19	20	21	22	23	24	20	21	22	23	24	25	26
25	26	27	28	29	30	31	27	28	29	30			
Enero 2024							Junio 2024						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7						1	2
8	9	10	11	12	13	14	3	4	5	6	7	8	9
15	16	17	18	19	20	21	10	11	12	13	14	15	16
22	23	24	25	26	27	28	17	18	19	20	21	22	23
29	30	31					24	25	26	27	28	29	30

Fechas rojas: fiestas (cerrado)  
Fechas azules: solo baño libre

Fechas verdes:  
inicio y fin de trimestre

## BAÑO LIBRE

Inicio de la temporada el 11 de septiembre.

### Horarios:

Lunes a viernes: 8 a 22 horas

Sábados: 9 a 14 horas

### Precio de las entradas:

Baño adulto: 3'20 €

Baño niño/jubilado y persona con discapacidad: 2'10 €

Alquiler de una calle: 52'70 €

### Bonos:

Bono 25 baños: 64'00 €

Bono 50 baños: 112'00 €

Bono baño niños/jubilados y personas con discapacidad: 16,80 €

Todos los usos son de una hora. Para adquirir bonos se deberá ser abonado a la piscina (la matrícula de abonado es un único pago de 15'80 €).

### NORMAS DE LOS CURSOS:

Para que cualquier curso se desarrolle, deberá tener como mínimo ocho inscritos.

Las sesiones tendrán una duración de 50 minutos, excepto la actividad de bebés que son 30 minutos.



AYUNTAMIENTO  
Alhama de Murcia  
Concejalía de Deportes

C/ Paraguay, 3 - Piscina Cubierta  
Tlf.: 968 639 757

Email: deportes@alhamademurcia.es

# PROGRAMA DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS

## Curso 2023-24



AYUNTAMIENTO  
Alhama de Murcia  
Concejalía de Deportes