

# Calendario

## Temporada 2013/14

### Octubre 2013

L M X J V S D

1 2 3 4 5 6  
7 8 9 10 11 12 13  
14 15 16 17 18 19 20  
21 22 23 24 25 26 27  
28 29 30 31

### Diciembre 2013

L M X J V S D

1  
2 3 4 5 6 7 8  
9 10 11 12 13 14 15  
16 17 18 19 20 21 22  
23 24 25 26 27 28 29  
30 31

### Febrero 2014

L M X J V S D

1 2  
3 4 5 6 7 8 9  
10 11 12 13 14 15 16  
17 18 19 20 21 22 23  
24 25 26 27 28

### Abril 2014

L M X J V S D

1 2 3 4 5 6  
7 8 9 10 11 12 13  
14 15 16 17 18 19 20  
21 22 23 24 25 26 27  
28 29 30

### Junio 2014

L M X J V S D

1  
2 3 4 5 6 7 8  
9 10 11 12 13 14 15  
16 17 18 19 20 21 22  
23 24 25 26 27 28 29

### Noviembre 2013

L M X J V S D

1 2 3  
4 5 6 7 8 9 10  
11 12 13 14 15 16 17  
18 19 20 21 22 23 24  
25 26 27 28 29 30

### Enero 2014

L M X J V S D

1 2 3 4 5  
6 7 8 9 10 11 12  
13 14 15 16 17 18 19  
20 21 22 23 24 25 26  
27 28 29 30 31

### Marzo 2014

L M X J V S D

1 2  
3 4 5 6 7 8 9  
10 11 12 13 14 15 16  
17 18 19 20 21 22 23  
24 25 26 27 28 29 30

### Mayo 2014

L M X J V S D

1 2 3 4  
5 6 7 8 9 10 11  
12 13 14 15 16 17 18  
19 20 21 22 23 24 25  
26 27 28 29 30 31

**Fechas verdes:**  
Inicio de trimestre.

**Fechas rojas:**  
Fiestas (cerrado).

**Fechas azules:**

## Inscripciones

En el mes de septiembre mediante cita previa llamando al teléfono:

**968 639 757**

En los trimestres sucesivos los usuarios inscritos podrán renovar hasta 20 días antes del inicio del trimestre. Nuevos usuarios a partir de dicha fecha. Se anunciará de todo ello mediante carteles en la instalación.

*La inscripción estará abierta mientras queden plazas.*  
**SOLICITE LISTA DE ESPERA SI NO TIENE PLAZA**

## Bonificaciones en los precios

Discapacidad igual o superior al 65 % .....	100 %
Discapacidad igual entre 33 y 65 % .....	50 %
Familia numerosa .....	20 %
Niños asociados a AMPAS .....	15 %
Estudiantes (bachiller y universidad) .....	15 %
Pensionistas .....	15 %
Bono salud (2 ó más actividades) .....	15 %
3 Miembros de la misma familia .....	20 %
4 ó más miembros de la misma familia .....	50 %

En todos los casos deberán acreditarse la condición para obtener bonificación.

Las bonificaciones no son acumulables.

Los cursos para mayores de 55 años ya tienen aplicada la bonificación correspondiente.

## Notas

Los precios tendrán validez durante el año 2013, pudiendo sufrir modificaciones para el año 2014.

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.

Los pagos podrán fraccionarse según necesidades del servicio. Las personas que no sean abonadas de la piscina deberán pagar una matrícula de 15'36 euros.

# PROGRAMA DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS

## Curso 2013/2014



innovaDEPO

Servicios de gestión, ocio y deporte.

Ayuntamiento de Alhama de Murcia  
Concejalía de Deportes

Región de Murcia



## Baño libre



### Horarios:

Lunes a viernes 8 a 22 horas

### Sábados:

Mañana de 9 a 14 horas  
Tarde de 16 a 20 horas

### Precio de las entradas:

Baño adulto .....	3'07 €
Baño pensionista .....	2'05 €
Baño menores 14 años .....	2'05 €
Alquiler de una calle .....	51'20 €

### Bonos:

Bono 25 baños .....	64'51 €
Bono 50 baños .....	107'52 €

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 15'36 €).

## Sala de musculación



La Piscina Cubierta cuenta con una sala de musculación de acceso gratuito para todos los usuarios mayores de 16 años.

## Normas de los cursos



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

## Programa de natación



### BEBÉS de 4 a 36 meses

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
11'00h		11'00h	09'50h
19'00h		19'00h	10'40h
19'30h			11'30h
			13'10h

Precio trimestral para bebés:

3 días: 70'00 €    2 días: 61'44 €    1 día: 35'84 €

### PEQUES de 3 y 4 años

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
16'30h	16'30h	16'30h	09'50h
17'20h	17'20h	17'20h	10'40h
18'10h	18'10h	18'10h	11'30h
			12'20h

### PEQUES de 4 a 6 años

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
16'30h	16'30h	16'30h	09'50h
17'20h	17'20h	17'20h	10'40h
18'10h	18'10h	18'10h	12'20h

### INFANTES de 7 a 10 años

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
16'30h	16'30h	16'30h	09'50h
17'20h	17'20h	17'20h	10'40h
18'10h	18'10h	18'10h	11'30h
19'00h			12'20h

### CADETES Y JÓVENES de 11 a 17 años

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
16'30h	16'30h	16'30h	09'50h
17'20h	17'20h	17'20h	10'40h
18'10h	18'10h	18'10h	

Precio trimestral para menores:

3 días: 81'92 €    2 días: 70'66 €    1 día: 40'96 €

### ADULTOS nivel de aprendizaje, 18 años y más

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
09'20h	09'20h	09'20h	09'00h
10'10h	10'10h	10'10h	
15'40h	19'30h	15'40h	
20'20h	20'20h	20'20h	
21'10h			

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

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
09'20h	09'20h	09'20h	09'00h
15'40h	19'30h	15'40h	09'50h
19'30h	20'20h	19'30h	
20'20h	21'10h	20'20h	
21'10h			

### ADULTOS ENTRENAMIENTO

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
20'20h		20'20h	09'00h

Precio trimestral para adultos:

3 días: 81'92 €    2 días: 70'66 €    1 día: 40'96 €

### MAYORES de 55 años

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
09'20h	09'20h	09'20h	09'50h
10'10h	10'10h	10'10h	
15'40h	19'30h	15'40h	
20'20h	20'20h	20'20h	
21'10h			

Precio trimestral para mayores de 55 años:

3 días: 30'72 €    2 días: 25'60 €    1 día: 20'48 €

## Programa acuático de salud



### EJERCICIO TERAPÉUTICO PARA MAYORES

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
08'50h		08'50h	

Precio trimestral mayores:

3 días: 30'72 €    2 días: 25'60 €    1 día: 20'48 €

### NATACIÓN ESPALDA Y LESIONES

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
08'00h	08'00h	08'00h	
10'10h	09'20h	10'10h	
11'30h	10'10h	11'00h	
19'30h	19'30h	19'30h	
20'20h	20'20h	20'20h	
21'10h	21'10h		

Precio trimestral natación espalda y lesiones:

3 días: 87'04 €    2 días: 73'73 €    1 día: 43'01 €

### EJERCICIO FIBRO-SALUD

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
11'00h		11'00h	

Precio trimestral fibro-salud:

3 días: 81'92 €    2 días: 70'66 €    1 día: 40'96 €

### NATACIÓN PARA EMBARAZADAS

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
20'20h	10'10h		

Precio trimestral para embarazadas:

3 días: 71'68 €    2 días: 61'44 €    1 día: 35'84 €

### ACTIVIDAD ACUÁTICA ADAPTADA

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

Precio trimestral actividad adaptada:

3 días: 81'92 €    2 días: 66'56 €    1 día: 36'86 €

## Programa ejercicio acuático



### EJERCICIO ACUÁTICO PARA MAYORES

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
10'10h	10'10h	10'10h	
	19'30h	19'30h	

Precio trimestral ejercicio acuático mayores:

3 días: 30'72 €    2 días: 25'60 €    1 día: 20'48 €

### AQUAGYM - AQUAERÓBIC

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
15'40h		15'40h	
20'20h	21'10h		

### HIDRORIDER (bicis de agua)

Lunes y Miércoles	Martes y Jueves	Viernes	Sábado
09'20h	09'20h	09'20h	
21'10h	20'20h	20'20h	

Precio trimestral programa ejercicio acuático:

3 días: 80'90 €    2 días: 66'56 €    1 día: 36'86 €