



# ACTIVIDADES CONCILIA NUEVO **CONCILIA DORADO** **VIERNES EN FAMILIA**





## CONCILIA

Logroño Deporte quiere seguir facilitando la conciliación familiar con nuestro programa deportivo. Que los adultos y niños, puedan realizar en el mismo horario y centro deportivo las actividades, cada uno la específica para su edad.

Con este fin vamos a dar prioridad a las inscripciones conjuntas de 1 a 2 adultos y de 1 hasta 4 infantiles, que cumplan el requisito de la edad de cada actividad.



## NUEVO CONCILIA DORADO

Logroño Deporte introduce esta temporada este concilia para mayores entre padres/madres e hij@s, o incluso niet@s. Se concilia la actividad “Espalda Sana” con la nueva “A por los 100”, destinada a personas mayores de 65 años que no hacen ejercicio físico por tener poca movilidad pero que desean mantener o mejorar su condición física mediante estiramientos y ejercicios de tonificación suaves, con movimientos lentos, sin saltos y predominantemente sentados. La condición es tener la suficiente autonomía para seguir sesiones dirigidas. Con este fin vamos a dar prioridad a las inscripciones conjuntas de 1 adulto y de 1 hasta 2 personas con la necesidad de esta actividad.



## VIERNES EN FAMILIA

A diferencia del Programa CONCILIA, padres y madres disfrutan con sus hij@s realizando juntos la misma actividad deportiva. Durante 4 viernes consecutivos la familia puede elegir entre Acrobacias de Circo, Yoga y Zumba.

El plazo de inscripción se abre ininterrumpidamente a partir del 26 de junio y sólo es necesario apuntar al niño/a que cumpla el requisito de la edad, el adulto o adultos acompañantes (hasta un máximo de 2) se apuntan el mismo viernes sin coste, salvo seguro de accidentes, opcional, que podrá adquirirse en la propia instalación.

Programas Concilia y Concilia Dorado abiertos únicamente para abonados a Logroño Deporte. Pasado el periodo de inscripción las plazas libres quedan disponibles para inscripciones individuales en las mismas condiciones que el resto de actividades, en cuanto a tarifas y periodos de inscripción en agosto y/o septiembre.

### EL PERIODO DE LA ACTIVIDAD ES DEL 01-10-2018 AL 31-05-2019

salvo las Excursiones de Hípica que llevan su calendario particular.

### INSCRIPCIÓN CONCILIAS Y VIERNES EN FAMILIA

A partir del martes 26 de junio y hasta el 14 de agosto incluidos tienen prioridad los abonados a Logroño Deporte en las actividades de los programas Concilia y Concilia Dorado.

Las actividades de Viernes en Familia tienen plazo ininterrumpido de inscripción desde el 26 de junio, exclusivamente para abonados a Logroño Deporte.

A partir del 14 de agosto las actividades de los programas Concilia y Concilia Dorado se incorporan a los plazos habituales de inscripción en las fechas correspondientes a cada una.

### INSCRIPCIÓN TELEFÓNICA

Para las llamadas desde Logroño: **Inscripción telefónica en el 010**

Para llamadas desde fuera de Logroño o teléfonos móviles: **Inscripción en el teléfono 941 27 70 01.**

El horario para la inscripción telefónica, es de lunes a viernes de 8.00 a 20.00 h. y sábados de 10.00 a 14.00 h. salvo el primer día de cada periodo de inscripción que comienza a las 8:00 h.

### INTERNET

[www.logroñodeporte.es](http://www.logroñodeporte.es)

La inscripción a través de la web tiene un horario ininterrumpido salvo el primer día de cada periodo de inscripción que comienza a las 8:00h.

**NATACIÓN 3-4-5-6-7 AÑOS**  **NATACIÓN MANTENIMIENTO**

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LA RIBERA	NATACIÓN 3 AÑOS	2015	NATACIÓN MANTENIMIENTO	1953-2001	M-J M-J	17:30	18:15
	NATACIÓN 4 AÑOS	2014					
	NATACIÓN 5 AÑOS	2013					
	NATACIÓN 6-7 AÑOS	2011-2012					
C.D.M. LA RIBERA	NATACIÓN 3 AÑOS	2015	NATACIÓN MANTENIMIENTO	1953-2001	M-J	18:15	19:00
	NATACIÓN 4 AÑOS	2014					
	NATACIÓN 5 AÑOS	2013					
	NATACIÓN 6-7 AÑOS	2011-2012					
<b>TARIFA INFANTIL</b>		<b>205 €</b>	<b>TARIFA ADULTO</b>		<b>83 €</b>		

**NATACIÓN INIC/PERFECCIONAMIENTO 4-5-6-7-8-9 AÑOS**  **TONIPUMP**

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LA RIBERA	NATACIÓN 4-5 AÑOS	2013-2014	TONIPUMP	1953-2001	D	10:30	11:15
	NATACIÓN 6-7 AÑOS	2011-2012	TONIPUMP	1953-2001	D	11:15	12:00
	NATACIÓN 8-9 AÑOS	2009-2010					
<b>TARIFA INFANTIL</b>		<b>124 €</b>	<b>TARIFA ADULTO</b>		<b>70 €</b>		

**NATACIÓN 3-4-5-6-7 AÑOS**  **ZUMBA**

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LAS GAUNAS	NATACIÓN 3 AÑOS	2015	ZUMBA	1953-2001	L-X	16:45	17:30
	NATACIÓN 4 AÑOS	2014					
	NATACIÓN 5 AÑOS	2013					
	NATACIÓN 6-7 AÑOS	2011-2012					
<b>TARIFA INFANTIL</b>		<b>205 €</b>	<b>TARIFA ADULTO</b>		<b>95 €</b>		

**E.M. DE PATINAJE**  **ESPALDA SANA**

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LAS GAUNAS	E.M. DE PATINAJE	2008-2012	ESPALDA SANA	1919-2001	M-J	18:00	19:00
<b>TARIFA INFANTIL</b>		<b>69 €</b>	<b>TARIFA ADULTO</b>		<b>114 €</b>		

**E.M. DE PELOTA MANO. INICIACIÓN**  **AEROCOMBAT**

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LAS GAUNAS	E.M. DE PELOTA	2002-2007	AEROCOMBAT	1963-2001	L-X	18:00	19:00
<b>TARIFA INFANTIL</b>		<b>69 €</b>	<b>TARIFA ADULTO</b>		<b>124 €</b>		



### E.M. DE PELOTA MANO. INICIACIÓN PILATES SUELO

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LAS GAUNAS	E.M. DE PELOTA	2002-2007	PILATES SUELO	1953-2001	L-X	18:00	19:00
TARIFA INFANTIL		69 €	TARIFA ADULTO	135 €			

### E.M. DE FRONTENIS AEROCOMBAT

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LAS GAUNAS	E.M. DE FRONTENIS	2002-2006	AEROCOMBAT	1963-2001	L-X	19:00	20:00
TARIFA INFANTIL		69 €	TARIFA ADULTO	124 €			

### E.M. DE JUDO, ZUMBA, CHIQUIRRITMO KRAV MAGA, NATACIÓN MANT. AVA.

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LOBETE	E.M. DE JUDO	2002-2012	KRAV MAGA	1953-2001	L-X	17:00	18:00
	E.M. DE ZUMBA	2008-2012					
	E.M. DE CHIQUIRRITMO	2015	NATACIÓN MANT. AVAN.				
TARIFA JUDO		69 €	TARIFA KRAV MAGA	135 €			
TARIFA ZUMBA		78 €	TARIFA NATACIÓN	124 €			
TARIFA CHIQUIRRITMO		69 €					



**E.M. DE VOLEIBOL**  **ZUMBA**

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LOBETE	E.M. DE VOLEIBOL	2007-2010	ZUMBA	1953-2001	M-J	17:00	18:00
	TARIFA INFANTIL	69 €	TARIFA ADULTO	114 €			

**E.M. DE CHIQUIRRITMO, KÁRATE**  **GAP, NATACIÓN MANT., AQUABAILES +65**

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LOBETE	E.M. DE CHIQUIRRITMO	2013-2014	GAP	1953-2001	L-X	18:00	19:00
	E.M. DE KARATE	2002-2012	NATACIÓN MANTENIMIENTO AQUABAILES +65				
	TARIFA CHIQUIRRITMO	69 €	TARIFA GAP	104 €			
	TARIFA KARATE	69 €	TARIFA NATACIÓN	104 €			
			TARIFA AQUABAILES +65	47 €			

**E.M. DE VOLEIBOL, MULTIDEPORTE**  **GAP**

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LOBETE	E.M. DE VOLEIBOL	2007-2010	GAP	1953-2001	M-J	18:00	19:00
	E.M. DE MULTIDEPORTE	2013-2015					
	TARIFA VOLEIBOL	69 €	TARIFA GAP	104 €			
	TARIFA MULTIDEPORTE	69 €					

**E.M. DE MULTIDEPORTE**  **ZUMBA**

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
P.M. GONZALO DE BERCEO	E.M. DE MULTIDEPORTE	2013-2014	ZUMBA	1953-2001	L-X	18:00	19:00
	TARIFA INFANTIL	69 €	TARIFA ADULTO	114 €			

**E.M. DE TAEKWONDO**  **GIMNASIA DE MANTENIMIENTO**

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
P.M. OBISPO B. NÁJERA	E.M. DE TAEKWONDO	2002-2012	GIMNASIA DE MANT.	1953-2001	L-X	18:00	19:00
	TARIFA INFANTIL	69 €	TARIFA ADULTO	104			

**E.M. DE CIRCO**  **TAEKWONDO**

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
P.M. OBISPO B. NÁJERA	E.M. DE CIRCO	2002-2009	TAEKWONDO	1963-2001	L-X	19:00	20:00
	TARIFA INFANTIL	69 €	TARIFA ADULTO	114			

**E.M. DE MULTIDEPORTE**  **AERÓBIC**

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
P.M. VALDEGASTEA	E.M. DE MULTIDEPORTE	2013-2014	AERÓBIC	1953-2001	L-X	19:00	20:00
	TARIFA INFANTIL	69 €	TARIFA ADULTO	114			



### E.M. DE CHIQUIRRITMO GAP

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
P.M. VALDEGASTEA	E.M. DE CHIQUIRRITMO	2014-2015	GAP	1953-2001	L-X	18:00	19:00
	TARIFA INFANTIL	69 €	TARIFA ADULTO	104			

### KRAV MAGA GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
P.M. SIETE INFANTES	KRAV MAGA	2002-2005	GIMNASIA DE MANT.	1953-2001	L-X	19:00	20:00
	TARIFA INFANTIL	124 €	TARIFA ADULTO	104			

### PÁDEL 6-7 AÑOS, TENIS 12-16 AÑOS INICIACIÓN TONIFIT

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LAS NORIAS	PÁDEL 6-7 AÑOS	2011-2012	TONIFIT	1953-2001	L-X	18:00	19:00
	TENIS 12-16 AÑOS	2002-2006					
	TARIFA PÁDEL	284 €	TARIFA TONIFIT	114 €			
	TARIFA TENIS	284 €					



PÁDEL 12-16 AÑOS INI., PÁDEL 12-16 AÑOS PERF., TENIS 12-16 AÑOS INI.  TONIFIT

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LAS NORIAS	PÁDEL INICIACIÓN	2002-2006	TONIFIT	1953-2001	M-J	18:00	19:00
	PÁDEL PERFECC.						
	TENIS INICIACIÓN						
	TARIFA PÁDEL	284 €	TARIFA TONIFIT	114 €			
	TARIFA TENIS	284 €					

TENIS 12-16 AÑOS PERFECCIONAMIENTO  PÁDEL 1, 2, CROSS TRAINING

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LAS NORIAS	TENIS 12-16 AÑOS	2002-2006	PÁDEL NIVEL 1	1953-2001	L-X	19:00	20:00
			PÁDEL NIVEL 2				
			CROSS TRAINING	1963-2001			
	TARIFA TENIS	284 €	TARIFA PÁDEL	402 €			
			TARIFA CROSS TRAINING	180 €			

TENIS 12-16 AÑOS PERFECCIONAMIENTO  PÁDEL 2, 3, CROSS TRAINING

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LAS NORIAS	TENIS 12-16 AÑOS	2002-2006	PÁDEL NIVEL 2	1953-2001	M-J	19:00	20:00
			PÁDEL NIVEL 3				
			CROSS TRAINING	1963-2001			
	TARIFA TENIS	284 €	TARIFA PÁDEL	402 €			
			TARIFA CROSS TRAINING	129 €			

EXCURSIÓN A CABALLO . INICIACIÓN Y NIVEL MEDIO  EXCURSIÓN A CABALLO . INICIACIÓN Y NIVEL MEDIO

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD INFANTIL	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD ADULTO	F. NACIMIENTO	FECHA	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
EL DORADO	INICIACIÓN	2002-2009	INICIACIÓN	1963-2001	07-10-18	D	10:00	11:00
EL DORADO	NIVEL MEDIO	2002-2009	NIVEL MEDIO	1963-2001	07-10-18	D	11:00	13:00
EL DORADO	INICIACIÓN	2002-2009	INICIACIÓN	1963-2001	14-10-18	D	10:00	11:00
EL DORADO	NIVEL MEDIO	2002-2009	NIVEL MEDIO	1963-2001	14-10-18	D	11:00	13:00
EL DORADO	INICIACIÓN	2003-2010	INICIACIÓN	1964-2002	05-05-19	D	10:00	11:00
EL DORADO	NIVEL MEDIO	2003-2010	NIVEL MEDIO	1964-2002	05-05-19	D	11:00	13:00
EL DORADO	INICIACIÓN	2003-2010	INICIACIÓN	1964-2002	12-05-19	D	10:00	11:00
EL DORADO	NIVEL MEDIO	2003-2010	NIVEL MEDIO	1964-2002	12-05-19	D	11:00	13:00
	EXCURSIÓN INICIACIÓN	20 €	EXCURSIÓN INICIACIÓN	20 €				
	EXCURSIÓN NIVEL MEDIO	31 €	EXCURSIÓN NIVEL MEDIO	31 €				

## CONCILIA DORADO

ESPALDA SANA  A POR LOS 100

INSTALACIÓN	ACTIVIDAD	F. NACIMIENTO	ACTIVIDAD	F. NACIMIENTO	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL
C.D.M. LA RIBERA	ESPALDA SANA	1919-2001	A POR LOS 100 (finaliza a las 13:00)	1919-1958	L-X	12:15	13:15
	TARIFA	114 €	TARIFA	52 €			



## VIERNES EN FAMILIA

Se diferencia del Programa CONCILIA en que estas actividades están creadas para que se disfrute y se divierta con sus hij@s pequeñ@s, realizando juntos la misma actividad deportiva. El formato elegido es que durante 4 viernes seguidos, las familias puedan elegir entre las actividades programadas, que en esta edición son: Acrobacias de circo, Yoga y Zumba.

El plazo de inscripción se abre ininterrumpidamente a partir del 26 de junio y sólo es necesario apuntar al niño/a que cumpla el requisito de la edad, el adulto o adultos acompañantes (hasta un máximo de 2) se apuntan el mismo viernes sin coste, salvo seguro de accidentes opcional que podrán adquirirse en la propia instalación.



### ACROBACIAS DE CIRCO



ANUAL	INSTALACIÓN	AÑO NAC.	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL	PERIODO DE LA ACTIVIDAD		FECHAS INSCRIPCIÓN	
						F. INICIO	F.FINAL	ABONADOS	USUARIOS
	C.D.M. LA RIBERA	2011-2014	V	17:30	18:30	19-10-18	16-11-18	26-06-18	11-09-18
	C.D.M. LA RIBERA	2012-2015	V	17:30	18:30	11-01-19	01-02-19	26-06-18	11-09-18
	C.D.M. LA RIBERA	2012-2015	V	17:30	18:30	01-03-19	22-03-19	26-06-18	11-09-18
								ABONADOS	USUARIOS
<b>TARIFA</b>								<b>22 €</b>	<b>44 €</b>

### YOGA INFANTIL



ANUAL	INSTALACIÓN	AÑO NAC.	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL	PERIODO DE LA ACTIVIDAD		FECHAS INSCRIPCIÓN	
						F. INICIO	F.FINAL	ABONADOS	USUARIOS
	C.D.M. LOBETE	2005-2011	V	18:00	19:00	19-10-18	16-11-18	26-06-18	11-09-18
	C.D.M. LOBETE	2006-2012	V	18:00	19:00	11-01-19	01-02-19	26-06-18	11-09-18
	C.D.M. LOBETE	2006-2012	V	18:00	19:00	01-03-19	22-03-19	26-06-18	11-09-18
								ABONADOS	USUARIOS
<b>TARIFA</b>								<b>22 €</b>	<b>44 €</b>

### ZUMBA



ANUAL	INSTALACIÓN	AÑO NAC.	DÍAS	H. INICIO	H. FINAL	PERIODO DE LA ACTIVIDAD		FECHAS INSCRIPCIÓN	
						F. INICIO	F.FINAL	ABONADOS	USUARIOS
	P.M. DUQUESA DE LA VICTORIA	2005-2011	V	18:00	19:00	19-10-18	16-11-18	26-06-18	11-09-18
	P.M. DUQUESA DE LA VICTORIA	2006-2012	V	18:00	19:00	11-01-19	01-02-19	26-06-18	11-09-18
	P.M. DUQUESA DE LA VICTORIA	2006-2012	V	18:00	19:00	01-03-19	22-03-19	26-06-18	11-09-18
								ABONADOS	USUARIOS
<b>TARIFA</b>								<b>22 €</b>	<b>44 €</b>



Logroño  deporte

 Ayuntamiento  
de Logroño