

¡DATE VIDA!



hay un *Deporte* para ti



Logroño
Deporte

PROGRAMA DEPORTIVO MUNICIPAL 2025/26 LOGROÑO

LOGROÑO

NORMAS COMUNES AL PROGRAMA

1. FORMAS DE INSCRIPCIÓN Y HORARIO

Telefónica

- Para las llamadas desde Logroño: Inscripción telefónica en el 010
- Para llamadas desde **fuera de Logroño o teléfonos móviles**: Inscripción en teléfono 941 27 70 01. El horario para la inscripción telefónica, es de lunes a viernes de 8.00 a 20.00 horas y sábados de 10.00 a 14.00 horas.

Internet

- En la pág. web de Logroño Deporte. Se accede a ella a través de la web de Logroño deporte, 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 8:00 h).

Presencial

- Exclusivamente para personas mayores de 65 años y sólo en actividades específicas para la tercera edad.

2.- FECHAS DE COMIENZO DE INSCRIPCIÓN POR ACTIVIDAD:

PROGRAMA CONCILIA:

Del 19 al 24 de agosto, exclusivamente para las personas abonadas a Logroño Deporte, tienen la opción prioritaria en las actividades del programa concilia. Se trata de aquellas actividades que se realizan en la misma instalación, mismos días y horarios para permitir la inscripción conjunta de 1 a 2 personas adultas con 1 a 4 menores.

RESTO DEL PROGRAMA.PERSONAS ABONADAS.

26 DE AGOSTO: ACTIVIDADES PARA MAYORES

A por los 100, Actividades acuáticas, Aeróbic, Aquabailles, Aquaeróbic, Bailes, Bodypump, Circuito básico de ejercicios Pilates, Espalda sana, Gimnasia, Gimnasia en el agua, Natación desde cero, Iniciación, Perfeccionamiento y Mantenimiento, Musculación desde cero, Tai Chi iniciación, intermedio y avanzado y Yoga.

28 DE AGOSTO: ACTIVIDADES PARA INFANTILES Y JÓVENES

Atletismo, Bádminton, Balonmano, Boxeo, Buceo, Chiquirritmo, Circo, Comercial dance sport, Entrenamiento Acrobático, Escalada en rocódromo, Escuela de ajedrez, Esgrima, Excursión a caballo, Expresión corporal y baile, Frontenis, Gimnasia Rítmica, Golf, Hípica, Karate, Krav Maga, Multideporte, Nataciones, Pádel, Paleta, Patinaje, Patinaje en familia, Patinaje sobre hielo, Peque Esgrima, Pelota mano, Pickleball, Skate, Tennis, Tiro olímpico, Ultimate frisbee, Voleibol, Zumba y Trail Running.

ACTIVIDADES PARA JÓVENES Y ADULTOS (según actividad):

2 DE SEPTIEMBRE: ACTIVIDADES EN PISTA, SALA O AIRE LIBRE.

Acondicionacesto, Acondicionafútbol, Acondicionamiento Físico, Aeróbic, Agility, Ajedrez, Bádminton, Corefit, Entrenamiento en grupos reducidos, Escalada en rocódromo, Esgrima, Excursión a caballo, GAP, Gimnasia de mantenimiento, Gimnasia mantenimiento mastectomizadas, Golf, Hípica, Krav Maga, Marcha Nórdica, Pádel, Patinaje, Patinaje en familia, Patinaje artístico sobre hielo, Patinaje sobre hielo, Pickleball, Ponte en Forma Corriendo, Ritmos Latinos, Tennis, Tonificación-TRX, Ultimate Frisbee, Zumba, Sevillanas.

4 DE SEPTIEMBRE: ACTIVIDADES SUAVES Y DE RELAJACIÓN

Danzaterapia, Espalda Sana, Gimnasia Hipopresiva, Mindfitness, Pilates aéreo, Pilates Barré, Pilates Suelo, Pilates Z, Taichi, Yoga, Yoga aéreo y Yoga para embarazadas.

9 DE SEPTIEMBRE: ACTIVIDADES ESPECÍFICAS DE AGUA Y DE ALTA INTENSIDAD.

AGUA: Aquaboxing, Aquaeróbic, Aquafitness, Aquapilates, Aquasalud, Aquazumba, Buceo, Gimnasia en el agua, Natación de mantenimiento, Nataciones iniciación y perfeccionamiento, Natación para la Salud, Natación desde Cero, Actividad acuática para Embarazadas, Entrenamiento natación grupos reducidos.

ALTA INTENSIDAD: Aerocombat, Bodypump, Bodypump generación Z, Boxeo, Ciclo indoor, Cross training, Cross training de iniciación, Cross Training iniciación Generación z, Cross training RACING, Entrena Corriendo, Entrenamiento Funcional, Entrenamiento Funcional Generación Z, Interval Cardio Strong, Natación de mantenimiento avanzados, Natación PRO, OCR carreras de obstáculos, Tonibike, Trail Running.

PERSONAS NO ABONADAS CON CARNET DE USUARIAS

DESDE EL 11 DE SEPTIEMBRE: A TODAS LAS ACTIVIDADES CON PLAZAS LIBRES.

ESCUELA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Inscripciones según información en cada actividad.

Desde el 1 de septiembre ABONADOS

Desde el 8 de septiembre USUARIOS

3. REQUISITOS DE INSCRIPCIÓN

Para poder inscribirse en una actividad deportiva municipal, previamente se tendrá que estar en posesión de la tarjeta de persona ABONADA o USUARIA de los Servicios Deportivos Municipales Logroño Deporte.

Para obtener dicha tarjeta y por tanto la condición de persona abonada o usuaria, deberá personarse en las oficinas de Logroño Deporte con la siguiente documentación (existe la opción de alta online para hacerse persona abonada en www.logronodeporte.es):

- D.N.I. o documento de identidad (pasaporte, NIE)
- 1 fotografía. Se puede sacar en las propias oficinas de Logroño Deporte, con la webcam.
- Número de cuenta para cumplimentar la Orden de domiciliación SEPA, que será firmada por el titular de la cuenta. Si el abono es para un menor u otra persona distinta al titular de la cuenta, además hará falta DNI de esta persona y la autorización de la firma contrato.
- En el caso de un menor será necesario original del D.N.I. del titular de la cuenta y original del libro de familia.
- En el caso de un abono familiar será necesario el libro de familia donde conste el matrimonio o justificante de pareja de hecho
- En caso de discapacidad. Tarjeta de discapacidad emitida por el órgano competente de la Comunidad Autónoma (superior al 33% en su caso).
- El alta de personas abonadas también se puede realizar de forma on-line a través de la página Web de Logroño Deporte, donde deberá ir incorporando la documentación requerida
- Para ser alta en una actividad en la que se ha inscrito, es imprescindible no tener ningún recibo pendiente de pago, pudiendo ser dado de baja si posteriormente a la inscripción se encontrase alguno en esta situación.

En cualquier momento, siempre y cuando haya plazas vacantes, podrá solicitarse la inscripción, entendiéndose ésta indefinida mientras dura la actividad.

HORARIOS DE ATENCIÓN AL PÚBLICO:

Oficinas de Logroño Deporte: Plaza de las Chiribitas nº1, tel.: 941 27 70 55

Julio y Agosto: De lunes a viernes, de 08:00 a 15:00 horas.

A partir del 1 de septiembre Oficinas de Logroño Deporte: Plaza Chiribitas

- Lunes de 8.30 h. a 14.30 horas.
- Martes de 8.30 h. a 14.30 h. y de 17 a 19 horas
- Miércoles de 8.30 horas a 17 horas (ininterrumpido)
- Jueves de 8.30 h. a 14.30 horas.
- Viernes de 8.30 h. a 14.30 horas.

Para poder darse de alta y tener reservada plaza en una actividad en la que se ha inscrito, es imprescindible no tener ningún recibo pendiente de pago, pudiendo ser dado de baja si posteriormente a la inscripción se encontrase alguno en esta situación.

El cobro de la tarifa de la actividad deportiva se realizará de la siguiente manera: el 50%, en concepto de matrícula, será cobrado en el momento de realizar la inscripción. Este importe no será devuelto en ningún caso. El resto en la fecha prevista del inicio de la misma, salvo que previamente comunique a Logroño deporte la baja de dicha actividad,

y este importe no será devuelto en ningún concepto. En las actividades con una duración igual o inferior a una semana el cobro se realizará en un único recibo.

Las inscripciones a la mayor parte de las actividades deportivas quedan abiertas durante toda la temporada, siempre y cuando haya plazas vacantes.

Logroño Deporte se reserva la potestad de realizar promociones en las tarifas, en función del período del año en que se encuentre la actividad y/o la aceptación tenida. Igualmente en caso de promociones especiales, como Los Combos de musculación Logroño deporte, llevarán su especificación de cobro en la descripción del producto.

4. BAJA EN LA ACTIVIDAD

La baja en la actividad inscrita, se deberá realizar por escrito por el titular mediante alguna de las siguientes vías:

- Presencial: en las oficinas de LOGROÑO DEPORTE (con cita previa)
- Por e-mail: escribiendo a la dirección: deportes@logrono.es
- A través del portal de persona abonada. (Sección actividades).

El profesor sólo verifica la asistencia a clase, no puede dar de baja.

Los alumn@s inscritos en cursillos de corta duración (que no van de octubre a mayo) y que no asistan sin previo aviso, podrán ser dados de baja, ocupar su plaza y no devolver la cuantía del curso. Para avisar se puede hacer comunicándolo al instructor de la actividad y/o desde la web de logroño Deporte en el "Portal del abonado".

Toda persona que se inscriba en una actividad como abonada y pase a condición de usuaria durante el desarrollo de la actividad deberá abonar el importe íntegro de la actividad perdiendo el derecho a la reducción en la tarifa como abonada. En caso contrario será causa de baja automática sin derecho a reintegro y se podrán cubrir las plazas por personas en lista de espera.

5. INFORMACIÓN GENERAL DE LAS ACTIVIDADES

La duración del programa, de manera general, es del 1 de octubre de 2025 al 31 de mayo de 2026 y específicamente, la propia de cada actividad.

Las vacaciones se ajustarán al calendario deportivo municipal que se adjunta en el presente programa o en su defecto que se podrá consultar en www.logronodeporte.es

Como norma general aquellas actividades que tengan menos del 50% de las plazas ofertadas cubiertas, se suspenderán automáticamente y no se realizarán. También es posible que habiéndose alcanzando esta cifra se pudiera suspender un curso, si los criterios técnicos o económicos así lo aconsejaran.

En las actividades donde haya una pre-inscripción y las personas interesadas tengan que realizar pruebas de selección, se informará de los días y horarios de las mismas. Esta información aparece reflejada en el programa. Si no apareciese esta información en el folleto, se realizará el primer día de la actividad dentro de su horario.

Para las personas que trabajan a turnos, se les sugiere consultar la opción de adquirir bonos de las "actividades a la carta" en lugar de inscribirse y/o en caso de estar inscrito/a, el "Si no puedes hoy" de actividades que dispongan de este tipo de opción (aplicable a partir del mes de noviembre).

La inscripción a las actividades de Logroño deporte no obligan en ningún momento a federarse ni a competir, siendo una opción personal de cada inscrito o representante legal el hacerlo con la federación o club correspondiente. Dejando claro que el coste asociado que pudiera conllevar esta opción, está totalmente al margen del precio y realización de la actividad de Logroño deporte que se realiza en los días, lugar y horarios, marcados y comprometidos.

6. ORGANIZACIÓN Y FUNCIONAMIENTO

LOGROÑO DEPORTE se reserva la facultad de suspender las clases en determinados momentos, si otras actividades requieren el uso del espacio destinado a las clases y no hubiera otras alternativas para desarrollar el programa.

Las clases pueden ser suspendidas por climatología adversa. No serán recuperables.

Las actividades están señaladas con un icono lateral marcando la temporalidad de las mismas:

A: anual

1C y 2C: primer cuatrimestre, segundo cuatrimestre

1T, 2T y 3T: primer trimestre, segundo trimestre y tercer trimestre.

La no asistencia a determinado número de clases seguidas, como más adelante se especifica, sin justificación y/o aviso, podrá ser causa de baja automática en la actividad pudiéndose cubrir la plaza por LOGROÑO DEPORTE, sin derecho al reintegro del importe cobrado.

- Actividades de temporada de tres días a la semana: 6 clases
- Actividades de temporada de dos días a la semana: 4 clases
- Cursillos: 1 clase

Es **requisito imprescindible** acudir a la actividad a la que se ha inscrito con la tarjeta de persona abonada o usuaria o carnet virtual, teniendo que pasarla por el control de accesos automático en las instalaciones donde exista este sistema, o mostrándosela al personal encargado de las instalaciones, en aquéllas donde no exista el citado sistema. Las personas que no cumplan esta norma, se les puede denegar el acceso a la instalación, si el hecho es reiterado y advertido.

La tarjeta de persona usuaria da acceso a la instalación 30 minutos antes y hasta 30 minutos después del horario de la actividad a la que se ha inscrito.

Los padres/madres o acompañantes de las personas inscritas en las actividades deportivas, sólo podrán permanecer en el control de acceso a las instalaciones hasta el comienzo de la actividad. Sólo se permitirá el acceso y permanencia durante el desarrollo de la actividad en casos específicamente determinados por LOGROÑO DEPORTE (jornadas de puertas abiertas, exhibiciones y actividades que requieran acompañantes según programa).

Las actividades programadas para mayores de 16 años están marcadas según el nivel de intensidad:

5 Actividad de Intensidad Muy Alta	
4 Actividad de Intensidad Alta	
3 Actividad de Intensidad Media-alta	
2 Actividad de Intensidad Media	
1 Actividad de Intensidad Baja	

Si una vez iniciada la actividad a la que se inscribe, el instructor/a, pone de manifiesto la concurrencia de falta de condiciones físicas, de salud o de nivel que se necesitaría para proseguir el curso, se adoptarán las medidas cautelares oportunas.

Las personas que, por motivos del requisito de edad, no hayan podido apuntarse a una actividad, tendrán opción de hacerlo a través de la una vez acabado el proceso de inscripción siempre y cuando haya plazas vacantes y se den las condiciones físicas y de salud requeridas para la realización de la misma.

Los niños/as menores de 9 años que realicen algún curso podrán ser acompañados/as al vestuario mientras se cambian. (Si los acompañantes carecen de la tarjeta de persona abonada, en el control de la instalación se les facilitará la entrada).

Es obligatorio para todo aquel que acceda a las instalaciones deportivas municipales, cumplir con la normativa de la instalación.

Es recomendable que cada persona inscrita lleve consigo toalla u otro elemento similar para colocar encima de la colchoneta por motivos higiénicos. Si bien, será obligatorio en las actividades de relajación y gimnasias suaves como taichi, yoga, espalda sana o pilates.

Con respecto a las actividades ofertadas para las personas abonadas a Logroño Deporte, por los gimnasios pertenecientes a la Asociación de empresas de la salud y el ejercicio físico, Logroño Deporte, S.A no es organizadora ni coorganizadora de los mismos, por lo que toda responsabilidad derivada de las actividades programadas, calidad técnica del curso, aptitudes del profesorado, estado de la instalación o del material, etc., será por cuenta de la empresa organizadora y cualquier incidencia que surja con respecto a las personas abonadas será resuelta por ella.

7. SEGURO DE ACCIDENTES

1. Toda persona inscrita en las actividades deportivas dispone, en caso de lesión ósea o muscular producida en el transcurso de la sesión y como consecuencia de la misma, de un seguro de accidentes concertado por Logroño Deporte con la compañía aseguradora DKV. Es obligación de las personas inscritas informar inmediatamente al instructor/a y/o a la coordinación deportiva de la lesión que pueda haber sufrido en el transcurso de la sesión, siendo condición indispensable para hacer uso del seguro deportivo. No teniéndose en cuenta comunicaciones posteriores al transcurso de la sesión dónde se hubiera producido.

En caso de accidentes:

- Notificar al instructor/a y/o a la coordinación deportiva inmediatamente
- Acudir a urgencias del centro concertado por la compañía aseguradora (Clínica los Manzanos)

- En caso de que se prescriba la atención por parte de un especialista, deberá solicitar previamente la autorización en DKV (Pl. de la Diversidad, 5 · 941 28 90 00- atencioncliente.logrono@dkvseguros.es)

La atención de urgencias y médica posterior en su caso, será realizada por los médicos y centros concertados por la compañía aseguradora. Toda atención recibida fuera de estos cauces será por cuenta del particular.

En función de las circunstancias y de las actividades, el adulto acompañante tendrá la opción de comprar su seguro deportivo diario en la propia instalación donde se realiza la actividad.

2. Las personas que, por motivos del requisito de edad, no hayan podido apuntarse a una actividad, tendrán opción de hacerlo a través de la una vez acabado el proceso de inscripción siempre y cuando haya plazas vacantes y se den las condiciones físicas y de salud requeridas para la realización de la misma.

3. Es deber del alumno informar al instructor/a y/o a la coordinación deportiva de cualquier patología o problema de salud que padezca y que pueda interferir en el normal desarrollo de la actividad. LOGROÑO DEPORTE declina cualquier responsabilidad derivada del incumplimiento de esta norma.

4. Logroño Deporte recomienda a todas las personas a controlar y supervisar su estado de salud periódicamente a través de reconocimientos médicos deportivos en todas las edades, pero especialmente a partir de los 35 años si son habituales en la práctica deportiva.

5. Con la inscripción en la actividad deportiva o servicio contratado, está confirmando a su vez que se encuentra en un buen estado de forma física y de salud para poder realizarla y que se ha tenido en cuenta la intensidad y los requisitos particulares de la misma. Si a lo largo del curso, estas condiciones sufrieran algún deterioro que impidiera o desaconsejara la realización de la actividad, deberá comunicarlo lo antes posible al instructor/a y/o a la coordinación deportiva, en caso contrario Logroño deporte se reserva las acciones oportunas.

8- OTRAS OBSERVACIONES

El tiempo efectivo de actividad en las sesiones de una hora o más, podrá ser de hasta 5 minutos inferior respecto al horario marcado en la programación. Este tiempo es necesario para la ventilación y/o limpieza, organización, no coincidencia con el siguiente grupo, control de asistencia y avisos necesarios.

En caso de obligación legal que reduzca y establezca el número de personas que pueden juntarse en un mismo espacio, las personas que se hayan inscrito las últimas en los grupos que excedan esta limitación, se les ofrecerá todas las opciones de cambio posibles y en su defecto la compensación que se genere.

LOGROÑO DEPORTE se reserva la facultad de aplazar o suspender las clases de manera total o parcial por motivos de seguridad/salud.

Todas las personas abonadas y usuarias que realicen alguna de las actividades, programas o cursos aceptan las presentes normas y se comprometen a su cumplimiento.

LOGROÑO DEPORTE se reserva el derecho de dictar disposiciones o resoluciones para aclarar, modificar o desarrollar lo establecido en las presentes normas para el correcto desarrollo de las actividades deportivas, sin perjuicio de las observaciones e indicaciones del personal al servicio de las mismas.

En todo lo no recogido en estas normas se atenderá a lo regulado en las BASES DEL REGLAMENTO GENERAL DE SERVICIOS E INSTALACIONES DEPORTIVAS MUNICIPALES aprobadas por el Consejo de Administración de LOGROÑO DEPORTE el 26 de mayo de 2013.

La presente oferta de actividades deportivas y tarifas en este folleto es válida, salvo error tipográfico o modificación de la programación. Ante cualquier duda prevalece el Programa Deportivo Municipal aprobado por el Consejo de Administración de Logroño Deporte.