

ACTIVIDADES ADULTOS <i>HELDUENTZAKO JARDUERAK</i>										Temporada octubre / mayo				
BONO "A"			BONO "B"			BONO "C"			BONO "D"					
LUNES / ASTELEHENA			MARTES / ASTEARTEA			MIERCOLES / ASTEAZKENA			JUEVES / OSTEGUNA			VIERNES / OSTIRALA		
HORA <i>ORDUA</i>	ACTIVIDAD <i>JARDUERA</i>	SALA <i>ARETOA</i>	HORA <i>ORDUA</i>	ACTIVIDAD <i>JARDUERA</i>	SALA <i>ARETOA</i>	HORA <i>ORDUA</i>	ACTIVIDAD <i>JARDUERA</i>	SALA <i>ARETOA</i>	HORA <i>ORDUA</i>	ACTIVIDAD <i>JARDUERA</i>	SALA <i>ARETOA</i>	HORA <i>ORDUA</i>	ACTIVIDAD <i>JARDUERA</i>	SALA <i>ARETOA</i>
8:45	PIL.COMBINADO	4	8:45	PILATES SUELO	3	8:45	PIL.COMBINADO	4	8:45	PILATES SUELO	3	8:45	PIL.MAQUINAS	4
9:30	CICLO INDOOR	1	9:00	NAT.ADULTOS	piscina	9:30	CICLO INDOOR	1	9:00	NAT.ADULTOS	piscina	9:30	CICLO INDOOR	1
9:15	YOGA	3	9:30	PILATES SUELO	3	9:15	YOGA	3	9:30	PILATES SUELO	3	9:15	YOGA	3
15:30	CICLO INDOOR	1	9:30	BODY FITNESS	2	15:30	CICLO INDOOR	1	9:30	BODY FITNESS	2	15:30	ENT.EVOLUTIVO	curva gradas
16:15	AQUATERAPIA	piscina	10:00	AQUAGYM	piscina	16:15	AQUATERAPIA	piscina	10:00	AQUAGYM	piscina	17:00	MULTIFITNESS	2
17:00	MULTIFITNESS	2	11:00	AQUAGYM	piscina	17:00	MULTIFITNESS	2	11:00	AQUAGYM	piscina	17:00	PIL.MAQUINAS	4
18:00	DANCE GOLD	2	10:30	ENT.EVOLUTIVO	curva gradas	17:00	PIL.MAQUINAS	4	10:30	ENT.EVOLUTIVO	curva gradas	19:00	BARRA SUELO	2
18:00	YOGA	3	15:30	PILATES SUELO	3	18:00	YOGA	3	15:30	PILATES SUELO	3	19:30	KICK BOXING	tatami
18:30	PIL.COMBINADO	4	17:30	CICLO INDOOR	1	18:00	DANCE GOLD	2	17:30	CICLO INDOOR	1	20:00	BAILES LATINOS	2
19:00	CICLO INDOOR	1	18:45	PILATES SUELO	3	18:30	PIL.COMBINADO	4	18:45	HIPOPRESIVOS	3	SABADO / LARUNBATA		
19:00	DANCE FIT	2	19:00	ENT. SUSPENSION	4	19:00	CICLO INDOOR	1	19:00	BODY FITNESS	2	9:30	PILATES SUELO	3
19:00	ENT.EVOLUTIVO	curva gradas	19:00	BODY FITNESS	2	19:00	DANCE FIT	2	19:00	ENT. SUSPENSION	4	10:30	CICLO INDOOR	1
19:30	PIL.MAQUINAS	4	19:10	CICLO INDOOR	1	19:00	ENT.EVOLUTIVO	curva gradas	19:10	CICLO INDOOR	1	PLAZOS INSCRIPCION ADULTOS		
19:30	KICK BOXING	tatami	19:45	PILATES SUELO	3	19:30	PIL.MAQUINAS	4	19:45	PILATES SUELO	3			
20:00	AQUAFITNESS	piscina	20:00	NAT.ADULTOS	piscina	19:30	KICK BOXING	tatami	20:00	NAT.ADULTOS	piscina	ABONAD@S	a partir del 1 septiembre	
20:00	BODY FITNESS	2	20:00	CICLO INDOOR	1	20:00	AQUAFITNESS	piscina	20:00	CICLO INDOOR	1	NO ABONAD@S	a partir del 19 septiembre	
20:00	CICLO INDOOR	1	20:00	DANCE FIT	2	20:00	BODY FITNESS	2	20:00	DANCE FIT	2	resto temporada siempre que haya plazas disponibles		
20:30	PILATES SUELO	3	20:00	ENT. SUSPENSION	4	20:00	CICLO INDOOR	1	20:00	ENT. SUSPENSION	4	FIN TEMPORADA ADULTOS - 31 MAYO		
			21:00	BAILES LATINOS	2	20:30	PILATES SUELO	3	21:00	BAILES LATINOS	3	Para actividades de JUNIO y JULIO necesario inscribirse en recepción		

BONO "A"	BONO "B"	BONO "C"	BONO "D"
Paga el bono y disfruta de todas sus actividades Abonad@s + 26,30 € No abonad@s 52,65 €	Paga el bono y disfruta de todas sus actividades + todas del bono a Abonad@s + 32,60€ No abonad@s 65,30€	Paga 1 actividad (2 dias) del bono y disfruta tambien de todas del bono a Abonad@s + 47,40 € No abonad@s 93,80 €	Paga 1 actividad (2 dias) del bono y tambien de todas del bono a Abonad@s + 59,00 € No abonad@s 118,05 €
Además solo para abonad@s de la instalación con bonos de actividad GIMNASIO VIP GRATIS			
El coste mensual de las Actividades siempre es el mismo, independientemente del nº de sesiones (provocado por festivos, vacaciones o inicios y finales...). Las cuotas de actividades se renovaran automaticamente Para darse de baja en las actividades hay que realizarlo en recepcion siempre antes del día 25 de cada mes.			

ATENCIÓN L@s usuari@s que estén inscritos en bonos de actividades tendrán necesariamente que realizar reserva de plaza en los días y horas que deseen acudir a las actividades de su bono. <https://reservas.cdtafalla.com/>

CIUDAD DEPORTIVA TAFALLA - TAFALLA KIROL HIRIA

C/ Abaco nº 54 - 31300 Tafalla (Navarra)

948-704491

info.cdtafalla@masquatro.com



<http://www.cdtafalla.com>



OTRAS ACTIVIDADES ADULTOS			
ACTIVIDAD / JARDUERA	HORARIO / ORDUTEGIA	ABONAD@	NO ABONAD@
GIMNASIA MAYORES 60 AÑOS	LUNES Y MIERCOLES 9:30 h.	CONSULTAR EN RECEPCION	
GIMNASIA MEDICA	INFORMACIÓN EN RECEPCIÓN	20€ mes	
PADEL (más actividades bono A)	inscripcionespadeltafalla@hotmail.com	32,60€ mes	65,30€ mes
PREPARACIÓN OPOSICIONES	INFORMACIÓN EN RECEPCIÓN	30 € mes	45 € mes
ACTIVIDADES INFANTILES <i>HAURRENTZAKO JARDUERAK</i>			
ACTIVIDAD / JARDUERA	HORARIO / ORDUTEGIA	ABONAD@	NO ABONAD@
DANZA ACROBATICA 5 a 13 años	VIERNES 18:00 h.	44,90 € trimestre	89,70 € trimestre
DANCE KIDS 4 a 8 años	MARTES 18:00 h.	44,90€ trimestre	89,70 € trimestre
NATACIÓN INFANTIL a partir 3 años	HORARIOS SEGÚN AÑO NACIMIENTO	2 dias = 79,20 € trim.	2 dias = 153 € trim.
	natacioncdt@gmail.com	1 dia = 44,90 € trim.	1 dia = 89,70 € trim.
NATACIÓN BEBES (6 a 35 meses)	natacioncdt@gmail.com	44,90 € trimestre	89,70 € trimestre
PADEL	inscripcionespadelmenores@hotmail.com	55,40 € trimestre	110,80 € trimestre
ACTIVIDADES JUVENILES <i>GAZTEENTZAKO JARDUERAK</i>			
ACTIVIDAD / JARDUERA	HORARIO / ORDUTEGIA	ABONAD@	NO ABONAD@
KICK BOXING a partir de 12 años	LUNES Y MIERCOLES 19:30 h.	63,30 € trimestre	126,60 € trimestre
DANCE JUNIOR 9 a 14 años	VIERNES 18:00 h.	47,50 € trimestre	95 € trimestre
CICLO INDOOR JUVENIL 12 a 16 años	MARTES Y JUEVES 20:00 h	63,30 € trimestre	126,60 € trimestre

ACTIVIDADES INFANTILES

INICIO / FIN TRIMESTRES			PLAZOS DE INSCRIPCIÓN		
TRIMESTRES	INICIO	FIN	TRIMESTRES	ABONAD@S	NO ABONAD@S
1º	3 octubre	23 diciembre	1º	1 septiembre	19 septiembre
2º	9 enero	25 marzo	2º	19 diciembre	1 enero
3º	27 marzo	3 junio	3º	13 marzo	20 marzo

Inscripciones en recepción info.cdtafalla@masquatro.com EXCEPTO NATACIÓN INFANTIL que se realizaran en: natacioncdt@gmail.com. PADEL INFANTIL que se realizaran en: inscripcionespadelmenores@hotmail.com.
Nota: en los emails indicar nombre y dos apellidos, año nacimiento, teléfono y resumen solicitud.

Les recordamos que **LAS RENOVACIONES SERAN AUTOMATICAS**
Solo si NO quieren continuar o quieren realizar algún cambio deberán solicitarlo en las siguientes fechas: **12 al 18 diciembre y 13 al 19 marzo** del mismo modo que las inscripciones.