

PROGRAMACIÓN DEPORTIVA NAVACERRADA 2026/2027



Ayuntamiento de **Navacerrada**



Ayuntamiento de
NAVACERRADA

f X i g y d j o
WWW.AYTONAVACERRADA.ORG

ESCUELAS DEPORTIVAS

» VOLEIBOL NUEVA ESCUELA!

ESCUELA DE VOLEIBOL

Benjamín del 2019 – Alevín · Lunes - Miércoles 17:00-18:00 h

Infantil · Lunes-Miércoles 18:00 – 19:00

Participación en competiciones ADS sábados

20 € MES

» FÚTBOL SALA

ESCUELA DE FÚTBOL SALA

Chupetines · Viernes 16:00-17:00 h

10 € MES

Prebenjamines · Martes - Jueves: 16:00-17:00 h

Benjamines · Martes – Jueves: 17:00-18:00 h

Alevines · Martes-Jueves: 18:00-19:00 h

Alevines 2º año e Infantiles · Martes-Jueves: 19:00-20:00 h

Participación en competiciones ADS sábados

25 € MES

» FÚTBOL 11

ESCUELA DE FÚTBOL

Categoría Infantil · Martes- Jueves: 18:30-20:00 h

Participación en competiciones ADS sábados

30 € MES

» BALONCESTO NUEVA ESCUELA!

Benjamín-Alevín · L-X: 16:00-17:00 h

Participación en competiciones ADS sábados

20 € MES



ACTIVIDADES DEPORTIVAS INFANTILES

➤➤ MULTI - RAQUETA **INUEVA ACTIVIDAD!**

Actividad de iniciación a las modalidades de Raqueta:

Pádel-Tenis-Pickleball-Badminton

Benjamín - Alevín · Lunes-Miércoles 16:00 – 17:00 h

20 € MES

➤➤ ESCALADA

Escuela de iniciación, entrenamiento y perfeccionamiento en la escalada.

Zona de boulder y vías de rocódromo. Grupos reducidos

Grupo 1: 5 a 9 años · Lunes y Miércoles 18:00-19:00 h **¡NUEVO GRUPO!**

20 € MES

Grupo 2: 10 a 14 años · V 18:00-19:30 h **¡NUEVO HORARIO!**

15 € MES

➤➤ GIMNASIA RÍTMICA

Escuela de gimnasia rítmica de entrenamiento y competición.

Escuela de base · L-X: 16:00-17:00 h (2 h semanales 25 €)

Competición · L-X-V según nivel (5/6 horas semanales 55 €/8 horas semanales 70 €/)

En colaboración con el Club Ritmica Alma

Información e inscripciones: gr.navacerrada@gmail.com

➤➤ TABLA DE CATEGORÍAS ESCUELAS DEPORTIVAS

CATEGORÍA	AÑO NACIMIENTO	EDAD
Chupetín	2021-2022	4 y 5 años
Prebenjamin	2019-2020	6 y 7 años
Benjamin	2017-2018	8 y 9 años
Alevín	2015-2016	10 y 11 años
Infantil	2013-2014	12 y 13 años
Cadete	2011-2012	14 y 15 años
Juvenil	2009-2010	16 y 17 años

ACTIVIDADES DEPORTIVAS INFANTILES

» TENIS

Alevín-Infantil-Cadete · Martes y Jueves 18:00-19:00 h

Benjamín Alevín Iniciación · Sábados y Domingos 10:00-11:00 h

Benjamín Alevín perfeccionamiento · Sábados y Domingos 11:00-12:00 h

Infantil-Cadete-Juvenil Iniciación · Sábados y Domingos 12:00-13:00 h

Infantil-Cadete-Juvenil perfeccionamiento · Sábados y Domingos 13:00-14:00 h

20 € MES

» PÁDEL

Escuela de pádel niveles desde iniciación a perfeccionamiento.

Alevín o según nivel · Lunes y Miércoles 17:00-18:00 h

Infantil-Cadete o según nivel · Lunes y Miércoles 18:00-19:00 h

20 € MES

» KÁRATE

Escuela de kárate, todos los niveles.

Grupo 1: Benjamín-Alevín-Infantil · Lunes y Miércoles 16:00-17:00 h

Grupo 2: Benjamín-Alevín o según cinturón · Martes y Jueves 16:00-17:00 h

Grupo 3: Infantil-Cadete o según cinturón · Martes y Jueves 17:00-18:00 h

20 € MES



ACTIVIDADES ADULTOS

➤➤ TENIS

Escuela de tenis adultos.

M-J 19:00-20:00 h

S Y D 9:00-10:00 h

20 € MES

➤➤ PÁDEL

Escuela de pádel adultos iniciación y perfeccionamiento.

L+X 19:00-20:00 h

L+X 20:00-21:00 h

M+J 10:00-11:00 h

M+J 11:00-12:00 h

M+J 12:00-13:00 h

M+J 19:00-20:00 h

M+J 20:00-21:00 h

20 € MES

➤➤ ESCALADA (A PARTIR DE 15 AÑOS)

Escuela de iniciación, entrenamiento y perfeccionamiento en la escalada.

Grupos reducidos.

V 19:30-21:00 h

15 € MES

➤➤ KICK BOXING

Iniciación y perfeccionamiento en el Kick-Boxing.

M+J 20:30-21:30 h

20 € MES

➤➤ ACTIVIDAD PLUS 60

Actividad dirigida a mayores de 60 años para el mantenimiento y mejora de la condición física y salud.

Trabajo de la fuerza, condición aeróbica, agilidad-flexibilidad y coordinación.

Sesiones variadas - Polideportivo y exterior.

M-J: 9:00-10:00 h

20 € MES

ACTIVIDADES ADULTOS **ZONA FITNESS ZF**

➤➤ **TRX-BODY TONIC ZF**

Entrenamiento integral de intensidad media, donde se combina ejercicios de autocarga (propio peso del cuerpo) sumados a otros con complementos (mancuernas, step, gomas, barras...) o sesiones de trabajo con TRX, ¡todo al ritmo de la música!

GRUPO 1: L-X. 17:30-18:30 h

GRUPO 2: M-J. 18:30-19:30 h

20 € MES

➤➤ **FIT-FUERZA ZF ¡NUEVA ACTIVIDAD!**

Entrenamiento dirigido al fortalecimiento integral de los principales grupos musculares y mejora de la capacidad aeróbica, a través de ejercicios en circuito, utilizando complementos y el peso del propio cuerpo.

GRUPO 1: L-X. 19:00-20:00 h

20 € MES

➤➤ **PILATES SUELO ZF**

Mejora de la flexibilidad, alinea la postura y aumenta la conciencia corporal, reduciendo estrés y lesiones.

L-X 10:00 - 11:00 h

L-X 11:00 - 12:00 h

L-X 18:30 - 19:30 h

L-X 19:30 - 20:30 h

L-X 20:30 - 21:30 h

V 10:00 - 11:00 h

10 € MES

20 € MES

➤➤ **CICLOINDOOR ZF**

Trabajo sobre una bici estática específica a ritmo de la música.

Mejora de la condición aeróbica y la fuerza.

M+J 19:30-20:30 h

20 € mes

➤➤ **MUSCULACIÓN ZF**

Trabajo de tonificación y musculación en sala. Zona cardio, máquinas y peso libre. Consultar horarios de lunes a domingo y horarios de atención con monitor.

Edad de acceso sala de musculación:

A partir de 18 años: acceso libre sin restricciones adicionales en la sala de musculación.

De 16 a 17 años: permitido exclusivamente cuando se encuentre presente un monitor de sala.

Menores de 16 años: no permitido el acceso al servicio de musculación.

17 € MES 2 € ENTRADA

TARIFAS ZONA FITNESS

➤➤ BONO 24 €

Uso del gimnasio + una (1) actividad de la zona fitness (ZF) a indicar en el momento de la inscripción.
Bono sujeto a la disponibilidad de plazas en la actividad seleccionada.

➤➤ BONO 40 €

Uso del gimnasio + todas las actividades de la zona fitness (ZF) a la que el usuari@ se quiera apuntar, pero que se deberá indicar en el momento de la inscripción.
Bono sujeto a la disponibilidad de plazas en las actividades seleccionadas.



ALQUILERES - USO INSTALACIONES

➤ USUARIOS POLIDEPORTIVO

INSTALACIÓN	TIEMPO	IMPORTE
Utilización gimnasio	Sesión 1h	2 €
Pista de tenis/pádel/pickleball	1 hora	6 €
Bono 5 alquileres de tenis/pádel/pickleball*	5 horas	12 €
Alquiler pabellón cubierto*	1 hora	20 €
Alquiler campo de fútbol 7**	2 horas	25 €
Alquiler campo de fútbol 11***	2 horas	60 €

➤ USO INSTALACIONES ASOCIACIONES Y CLUBES DEPORTIVOS

Alquiler pabellón cubierto*	Día	100 €
Alquiler pabellón cubierto*	1/2 día	60 €
Alquiler campo de fútbol 11 ***	Día	120 €
Alquiler campo de fútbol 11***	1/2 día	80 €

(*) 6 € De incremento por uso de luz artificial.

(**) 11,00 € de incremento por uso de luz artificial.

(***) 22,50 € de incremento por uso de luz artificial.

RESERVAS Tel: 91 842 8861 [con 24 horas de antelación]

La reserva telefónica está disponible únicamente para usuarios con bono activo de 5 sesiones previa identificación.

INSCRIPCIONES

Fechas actividades curso 2026-2027: Del 14 de septiembre (inicio actividades infantiles) y 5 de Octubre (inicio actividades adultos) , al 20 de diciembre de 2026 y del 11 de enero al 27 de junio de 2027.

Inscripción nuevos alumnos curso 26-27 (plazas vacantes curso 25-26) excepto musculación: desde el 9 de septiembre de 2026.

Finalización de las Escuelas Deportivas: Muti - raqueta, Fútbol, F. Sala, Baloncesto, Voleibol, Tenis y Pádel grupos infantiles, G. Rítmica, Escalada, Kárate y Grupos Gimnasia + 65: 20 de junio de 2027.

Régimen de lectivos y festivos: las escuelas deportivas y las actividades infantiles se registrarán por el calendario escolar. El calendario de adultos se registrará por el calendario laboral y las fiestas patronales.

PAGOS E INSCRIPCIONES

La inscripción a las actividades, los pagos de alquileres, bonos y sesiones se deberán realizar exclusivamente, en las oficinas del Polideportivo Municipal en el horario de atención al público. Los pagos a las actividades se realizarán por el sistema normalizado de domiciliación bancaria (adjuntar certificado de titularidad bancaria).

No se permitirá el acceso a las clases en las que se está inscrito, sin estar al corriente de pago de las mismas. La falta de pago de dos cuotas de una actividad, será motivo de causa de baja, no pudiéndose matricular en ninguna actividad, hasta satisfacer el pago de las cantidades adeudadas.

DEVOLUCIONES DE RECIBOS E IMPAGOS:

La devolución de un recibo o el impago de cuotas supondrá la baja del usuario, que no podrá utilizar las instalaciones hasta que no presente el justificante de pago de las cantidades adeudadas, así como los correspondientes gastos de devolución, si procediera.

BAJAS:

Para ser considerado baja en una actividad, será obligatorio registrar el modelo correspondiente de solicitud de baja, bien personándose en el polideportivo, o a través de la sede electrónica del Ayuntamiento de Navacerrada. Este modelo, deberá presentarse en todo caso, antes del día 25 del mes anterior al que se desea causar baja.

DEVOLUCIONES:

Para aquellos supuestos en que el interesado no pueda disfrutar del servicio, por causas exclusivamente imputables al Ayuntamiento de Navacerrada, le será devuelto el importe proporcional correspondiente a las clases suspendidas. Nunca se devolverá el importe correspondiente al mes entero, salvo que se hubiera suspendido las clases del mes en su totalidad.

MATRICULACIÓN DE ALUMNOS/AS MENORES

La matriculación de alumnos/as menores de edad, se deberá realizar con los datos completos del padre, madre, o tutores legales, con independencia de su estado civil.

Solo se admitirá una única instancia por cada alumno/a, en la que necesariamente habrán de constar las firmas de ambos progenitores o tutores legales.

Actuación ante progenitores separados/divorciados que comparten la patria potestad: en el caso de que no exista acuerdo entre los padres sobre el centro y la actividad física escogida, o no se haya podido firmar la solicitud por ambos, el progenitor solicitante deberá firmar una declaración jurada siguiendo el modelo establecido correspondiente.

TRASLADOS DE ALUMNOS DEL CENTRO ESCOLAR

Para el traslado de los alumnos/as desde el Centro Escolar, al Polideportivo Municipal, en las actividades con inicio a las 16:00 h, será obligatorio la presentación previa del **MODELO DE AUTORIZACIÓN CORRESPONDIENTE**, debidamente cumplimentado y firmado.



NORMATIVA

NORMATIVA BÁSICA USO DE INSTALACIONES POLIDEPORTIVO MUNICIPAL NAVACERRADA

CLASES DE PRUEBA: Existe la posibilidad de acudir a una clase de prueba en caso de existir vacantes en la actividad, (excepto en musculación). Esta clase deberá solicitarse con al menos un día de antelación en las oficinas del Polideportivo.

COMPETICIONES DEPORTIVAS: Es obligatorio firmar una autorización por parte del responsable del alumno para tomar parte en las competiciones, así como en los correspondientes desplazamientos y presentar el DNI del alumno en la matriculación del mismo para poder realizar el Seguro Deportivo (condición indispensable).

CUSTODIA DE MENORES: La custodia de menores de edad por parte de la Concejalía será exclusivamente durante el horario de desarrollo de las clases y una vez que quede constancia de la presencia del alumno en la misma, no haciéndose responsable la Concejalía de la custodia y seguridad de los menores ni antes ni después del tiempo de duración de la actividad.

PUNTUALIDAD, HORARIOS: Se respetarán los horarios tanto de inicio como de finalización de las clases. La adaptación al esfuerzo y vuelta a la calma son imprescindibles para el correcto desarrollo de la sesión. En caso de no poder cumplir un horario de forma repetida, con la finalidad de no interferir en el desarrollo de la clase y por su propia seguridad, se ruega optar por el cambio a otra actividad u horario.

MONITOR SUPLENTE: Sigue las instrucciones de los eventuales monitores suplentes. Su cualificación es la adecuada, pero cada profesional tiene su forma de trabajo específica.

MUSCULACIÓN, FITNESS: Para la utilización de máquinas y bancos de la sala de musculación es obligatorio el uso de toalla y camiseta o ropa deportiva adecuada, así como el uso de calzado deportivo. Al finalizar el entrenamiento, es obligatorio colocar de nuevo en su sitio todo el material empleado.

TENIS Y FÚTBOL: Si por causas meteorológicas hubiera que suspender tres o más sesiones, comprendidas en el mismo mes, la Concejalía propondrá la recuperación de una sesión.

CALZADO: Es obligatorio el uso de calzado deportivo adecuado para cada actividad deportiva.

CAMBIOS DE HORARIOS, INSTALACIONES, COMPOSICIÓN DE GRUPOS: Los horarios y programas, así como los grupos, pueden ser modificados o suprimidos en su caso, en función del incremento o disminución de la demanda. Igualmente, el emplazamiento habitual podrá ser modificado por necesidades de la Concejalía (fiestas, competiciones, etc.).

RECONOCIMIENTO MÉDICO: Esta Concejalía recomienda realizarse un reconocimiento médico a todos los usuarios, evitando así posibles lesiones o accidentes no deseados.

SUGERENCIAS, RECLAMACIONES: La Concejalía de Deportes agradecerá en todo momento las sugerencias o reclamaciones que se efectúen, considerándolas como la herramienta más eficaz para una constante mejora de este servicio público.

ANEXO NORMATIVA: El funcionamiento de las actividades estará supeditado a un número mínimo de inscripciones establecido por la Concejalía. La Concejalía de deportes, se reserva la posibilidad de realizar variaciones en los horarios o en la asignación de instalaciones según necesidades. Se establece como edad, tener cumplidos en el momento de la inscripción la edad mínima fijada en la tabla (o haber nacido en las fechas establecidas), en cada caso. En función del número de alumnos asistentes a una clase determinada, los profesores podrán modificar de forma excepcional el contenido de la actividad. Si la falta de asistentes persistiera en un grupo determinado, se valorará el cambio de actividad y la consiguiente desaparición del grupo. Los monitores podrán confirmar el horario de inscripción de los alumnos o bien reubicarlos en grupos más acordes al nivel de destreza individual.



Ayuntamiento de
NAVACERRADA



WWW.AYTONAVACERRADA.ORG

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE NAVACERRADA

Avenida de Madrid 29

Teléfono 918 42 88 61

polideportivo@aytonavacerrada.org



Programación Deportiva **2026/2027**

Ayuntamiento de **Navacerrada**