

OIARDO KIROLDEGIA

Usurbilgo Kirol Sailaren helburua da herritarren ongizate eta bizi kalitatea hobetzea. Ho- rretarako, ariketa fisikoa egitea sustatu nahi dugu, osasuntsuago izateko eta gaixotasunei aurre hartzeko. Talde desberdinekin harreman zuzena dugu: kirol elkarte, eskola, ikastola eta herriko beste talde eta elkarte desberdinekin. Helburua lortzeko, aukera desberdinak eskaintzen ditugu, hala nola, kirol instalazioetan abonatu izatea, norbera bere kasa etorri eta ariketa egiteko; urte guztiko ikastaroak zein ikastaro puntualak eta txapelketak.

El Departamento de Deportes de Usurbil tiene como objetivo mejorar el bienestar y la calidad de vida de la ciudadanía. Para ello, queremos fomentar la práctica de ejercicio físico para mejorar la salud y prevenir enfermedades. Tenemos relación directa con diferentes colectivos: clubes deportivos, escuelas, ikastolas y otros grupos y asociaciones del municipio. Para conseguir el objetivo, ofrecemos diferentes opciones, como ser abonado/a a las instalaciones deportivas, asistir personalmente y realizar el ejercicio; cursos y cursillos puntuales y competiciones de todo el año.

OIARDO KIROLDEGIKO ORDUTEGIA Horario del centro deportivo de Oiardo

Lanegunak/ Días Laborables	7:00-12:30 / 14:30-22:00	Igerilekua: 12:45 -21:00
Larunbatak/ Sábados	9:00-21:30	Igerilekua: 9:00-21:30
Igandeak eta jaiegunak/ Domingos y festivos	09:00-13:00	Igerilekua : 9:00-12:45

2022-2023 ikasturtean parte hartzeko irailaren 5etik- 22ra bitartean izango da izen emate epea, 23an zozketa

El plazo de inscripción para participar en el curso 2022-2023 sera del 5 de septiembre al 22 de septiembre, el día 23 sorteo.

JARRAI IEZAGUZU/ Síguenos:



@oiardokiroldegi



@oiardokiroldesia

OIARDO KIROLDEGIA

Gernika Ibilbidea, 9, 20170 Usurbil
Tel: 943 37 24 98

E-mail: kirola@usurbil.eus
www.bpxport.es



Usurbilgo Udala

BPXport



OIARDO KIROLDEGIA

IKASTARO ESKEINTZA 2022-2023/ Cursos 2022-2023



Usurbilgo Udala

ARETO JARDUERAK / Actividades de sala
HELDUAK/ Adultos

IKASTAROAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	PREZIOAK
SPINING	A1-A3	20:30-21:20	231,36€
	A2-O1	15:00-15:50	231,36€
	A2-O1	20:15-21:05	231,36€
PILATES OSASUNA	A1-A3	9:15-10:05	288,73 €
PILATES HASTAPENA	A1-A3	18:30-19:20	288,73€
PILATES HOBKUNTZA	A1-A3	19:30-20:20	288,73€
	A2-O1	9:00-9:50	288,73€
3. ADINA	A1-A3	10:30-11:20	62,91€
	A2-O1	10:30-11:20	62,91€
MANTENU GIMNASIA	A1-A3-O2*	9:00-9:50	208,21€
	A2-O1-O2*	9:00-9:50	208,21€
ZUNBA	A1-A3	19:00-19:50	138,79€
HIT	A1-A3	20:15-21:05	288,73€
HIPOPIATES	A2-O1	16:15-17:05	148,78 €
USURBIL BARRENA (KALEAN)	O1	17:30-18:30	114,65€
KONBINATUA	SPINING A2 TONIFIKAZIOA O1	17:45-18:35 18:30-19:20	231,36 €

A1: ASTELEHENA, A2: ASTEARTEA, A3: ASTEAZKENA, O1: OSTEKUNA,
O2: OSTIRALA, L: LARUNBATA, I: IGANDEA

ARETO JARDUERAK / Actividades de sala
HELDUAK/ Adultos

IKASTAROAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	PREZIOAK
YOGA	A2	9:00-10:30	173,5 €
	O1	19:00-20:30	173,5 €
JARDUERA FISIKO EGOKITUA	A2-O1	18:30-19:30	90,00€
ESKALADA	A3	20:00-21:00	70,83€ / 3 hileko
NORDIC WALKING	Eguna zehazteko	Ordua zehazteko	

ARETO JARDUERAK / Actividades de sala
HAURRAK ETA GAZTEAK/ Niños y jóvenes

IKASTAROAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	PREZIOAK
ZUMBA GAZTE (10-16 Urte)	O2	16:45-17:30	69,39 €
SPINING (14-18 urte)	A2-O1	19:00-19:50	231,36€
ESKALADA (6-9 urte)	A3	17:00-18:00	70,83€ / 3 hileko
ESKALADA (10-14 urte)	A3	18:00-19:00	70,83€ / 3 hileko
ESKALADA (15-18 urte)	A3	19:00-20:00	70,83€ / 3 hileko
KONBINATUA	IGERIKETA A2 SPINING O1	18:15-19:00	231,36€

A1: ASTELEHENA, A2: ASTEARTEA, A3: ASTEAZKENA, O1: OSTEKUNA,
O2: OSTIRALA, L: LARUNBATA, I: IGANDEA

UR JARDUERAK / Actividades de agua
HELDUAK/ Adultos

IKASTAROAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	PREZIOAK
HAURDUNAK (Ur jarduerak + pilates)	A1-O1	11:00-11:50	31,79€/hilabetez
AQUAGYM	A1-A3	8:30-9:20	288,73€
	A2-O1	9:10-10:00	288,73€
IGERIKETA HOBKUNTZA	A2-O1	7:05-7:55	77,09€/ 3 hilabetez
IGERIKETA HASTAPENA	A1-A3	11:15-12:00	32,01€/ hilabetez
	A1-A3	20:00-20:45	32,01€/ hilabetez
IGERIKETA ERRENDIMENDUA	A1	19:00-20:00	115,63€

IGERIKETA TALDEAK/ Grupos de natación

IGERIKETA TALDEAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	PREZIOAK
0-1 URTEKO HAURRAK	L	10:30-11:15	72,17€ /3 hileko
	I	11:15-12:00	72,17€ /3 hileko
HH2-HH3 HAURRAK	L	11:15-12:00	72,17€ /3 hileko
	I	10:30-11:15	72,17€ /3 hileko
HH4*	A1-A2-A3-O1	17:00-17:45	216,53 €
HH5	A1-A2-A3-O1	18:15-19:00	192,72 €
LH1**	A1-A3-O1-O2	17:00-17:45	144,36€(1 egun) 288,73€(2 egun)
LH2**	A1-A3-O1-O2	17:00-17:45	
LH3***	A1-A3	17:30-18:15	231,36€
	A2-O2	17:30-18:15	231,36€
LH4-tik AURRERA	A1-A3	17:30-18:30	231,36€
	A2-O2	17:30-18:30	231,36€
IGERIKETA GAZTE (14-18 urte)	A1-A3	18:15-19:00	231,36€

* HH4 eta HH5 eko hurrek SAIO 1 izango dute. Begiraleen laguntzarekin aldatuko dira, ALDAGELA FAMILIARREAN
***LH1 eta LH2 hurrek astean SAIO 1 edo 2 SAIO egiteko aukera izango dute. Bakarrik aldatu beharko dira, IGERILEKUKO ALDAGELA OROKORRETAN.
***LH3 eta LH4tik aurrerakoan ASTEAN 2 SAIO izango dituzte.