

OIARDO KIROLDEGIA

Usurbilgo Kirol Sailaren helburua da herritarren ongizate eta bizi kalitatea hobetzea. Horretarako, 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

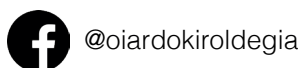
Horario del centro deportivo Oiardo

Lanegunak/ Días Laborables	7:00 - 12:30 14:30 - 22:00	Igerilekua: 7:00 - 12:15 14:30 - 21:30
Larunbatak/ Sábados	09:00 - 21:30	Igerilekua: 09:00 - 21:15
Igandeak eta jaiegunak/ Domingos y festivos	09:00 - 13:30	Igerilekua: 09:00 - 13:15
Doako Kirol Orientazio Zerbitzua	Asteazkenetan 9:00-11:00	Hitzordua hartzeko 943 37 24 98

2023-2024 ikasturtean parte hartzeko irailaren 6etik- 20ra bitartean izango da izen emate epea, 21an zozketa

El plazo de inscripción para participar en el curso 2023-2024 será del 6 de septiembre al 20 de septiembre, el día 21 sorteo.

JARRAI IEZAGUZU/ Síguenos:



OIARDO KIROLDEGIA

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

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



Usurbilgo Udala
BPXport



OIARDO KIROLDEGIA

IKASTARO ESKAINTZA 2023-24 / Curso 2023-24



ARETO JARDUERAK / Actividades de sala
HELDUAK/ Adultos

IKASTAROAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	PREZIOAK
SPINING	A1-A3	20:30-21:20	235,99€
	A2-O1	15:00-15:50	
	A2-O1	20:15-21:05	
	A1-A3	07:10-08:00	
PILATES OSASUNA	A1-A3	09:15-10:05	294,50€
PILATES HASTAPENA	A1-A3	18:15-19:05	294,50€
PILATES HOBEKUNTZA	A1-A3	19:15-20:05	294,50€
	A2-O1	09:00-09:50	
3. ADINA	A1-A3	10:15-11:05	64,17€
	A2-O1	10:15-11:05	
MANTENU GIMNASIA	A1-A3-O2*	09:00-09:50	212,37€
	A2-O1-O2*	09:00-09:50	
ZUNBA	A1-A3	19:00-19:50	141,57€
	A1-A3	10:15-11:05	
HIT	A1-A3	20:15-21:05	235,99€
HIPOPILATES	A2-O1	16:30-17:20	151,76€
HIPOPRESIBOAK	A2-O1	16:00-16:30	75,88€
KONBINATUA	A2-O1	19:15-20:05	235,99€
	A2-O1	17:45-18:35	
		18:30-19:20	

A1: ASTELEHENA. A2: ASTEARTEA. A3: ASTEAZKENA. O1: OSTEGUNA.
O2: OSTIRALA. L: LARUNBATA. I: IGANDEA

ARETO JARDUERAK / Actividades de sala
HELDUAK/ Adultos

IKASTAROAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	PREZIOAK
YOGA	A2	09:00-10:30	176,97€
	A1	19:00-20:30	
JARDUERA FISIKO EGOKITUA	A2-O1	18:30-19:20	92,25€
ESKALADA	A3	20:00-20:50	72,25€ /3 hileko
TOTAL TRAINING	A1-A3	08:00-08:50	235,99€
ERDITZE ONDORENGO IKASTAROA	A2-O1	11:15-12:05	98,16€ /3 hileko

HAURRAK ETA GAZTEAK/ Niños y jóvenes

IKASTAROAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	PREZIOAK
ZUNBA GAZTE (10-16 urte)	O2	16:45-17:35	70,78€
ZUNBA TXIKI (6-9 urte)	O2	17:45-18:35	70,78€
ESKALADA (6-9 urte)	A3	17:00-17:50	72,75€ / 3 hileko
ESKALADA (10-14 urte)	A3	18:00-18:50	72,75€ / 3 hileko
ESKALADA (15-18 urte)	A3	19:00-19:50	72,75€ / 3 hileko
KONBINATUA	IGERIKETA A2 SPINING O1	18:15-19:05	235,99€

A1: ASTELEHENA. A2: ASTEARTEA. A3: ASTEAZKENA. O1: OSTEGUNA.
O2: OSTIRALA. L: LARUNBATA. I: IGANDEA

UR JARDUERAK / Actividades de agua
HELDUAK/ Adultos

IKASTAROAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	PREZIOAK
HAURDUNAK (Pilates + ur jarduerak)	A2-O1	11:00-11:50	32,58€ / hilabetez
AQUAGYM	A1-A3	08:30-09:20	294,50€
	A2-O1	09:10-10:00	
	A2-O1	19:30-20:20	
HASTAPENA	A1-A3	07:30-08:20	32,65€ / hilabetez
	A2-O1	19:30-20:20	
HOBEKUNTZA	A2-O1	07:00-07:50	78,63€ / 3 hilabetez
	A1-A3	20:00-20:50	
Errendimendua	A1-A3	19:00-19:50	235,99€
Konbinatua (Aquadym + igeriketa)	A2-O1	08:10-09:00	294,50€

IGERIKETA TALDEAK/ Grupos de natación

IKASTAROAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	PREZIOAK
HAURTXOAK (0-1 bitarte)	L	10:30-11:15	73,61€ / 3 hileko
	I	11:15-12:00	
HAURTXOAK (2-3 bitarte)	L	11:15-12:00	73,61€ / 3 hileko
	I	10:30-11:15	
HH3	A3	17:00-17:45	220,86€ (1 egun)
HH4	A1-A2-A3-O1	17:00-17:45	220,86€ (1 egun)
HH5	A1-A2-A3-O1	18:15-19:00	196,58€ (1 egun)
LH1	A1-A2-A3-O1	17:00-17:45	147,5€ (1 egun) / 294,5€ (bi egun)
LH2	A1-A2-A3-O1	17:00-17:45	147,5€ (1 egun) / 294,5€ (bi egun)
LH3	A1-A2-A3-O1	17:30-18:15	118€ (1 egun) / 235,99€ (bi egun)
LH4	A1-A2-A3-O1	17:30-18:30	118€ (1 egun) / 235,99€ (bi egun)
IGERIKETA GAZTE	A1-A3	18:00-18:50	235,99€

A1: ASTELEHENA. A2: ASTEARTEA. A3: ASTEAZKENA. O1: OSTEGUNA.
O2: OSTIRALA. L: LARUNBATA. I: IGANDEA

*HH3 HH4 eta HH5eko haurrak astean SAIO 1 izango dute. Begiraleen laguntzarekin aldatuko dira, ALDAGELA FAMILIARREAN.
**LH1 eta LH2 haurrak astean SAIO 1 edo 2 SAIO egiteko aukera izango dute. Bakarrik aldatu beharko dira, IGERILEKUKO ALDAGELA OROKORRETAN.
***LH3 eta LH4tik aurrerako haurrek, astean SAIO 1 edo 2 SAIO egiteko aukera izango dute.