

OIARDO KIROLDEGIA

Usurbilgo Kirol Sailaren helburua da herritarren ongizate eta bizi kalitatea hobetzea. Horretarako, ariketa fisikoa egitea sustatu nahi dugu, osasuntsua-go izateko eta gaixotasunei aurre hartzeko. Talde desberdinekin harreman zuzena dugu: kirol elkarte, eskola, ikastola eta herriko beste talde eta elkarte desberdinekin. Helburua lortzeko, aukera desberdi-nak eskaintzen ditugu, hala nola, kirol instalazioetan abonatua 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 -22:00	Igerilekua: 7:00 -21:45
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

2024-2025 ikasturtean parte hartzeko irailaren 2tik- 16ra bitartean izango da izen emate epea 17an zozketa

El plazo de inscripción para participar en el curso 2024-2025 será del 2 de septiembre al 16 de septiembre, el día 17 sorteo.

JARRAI IEZAGUZU:

 @oiardokiroldegi

 @oiardokiroldegia

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 2024-25/ Curso 2024-25



Usurbilgo Udala

ARETO JARDUERAK / Actividades de sala (+16)

IKASTAROAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	PREZIOAK
SPINING	A1-A3	20:30-21:20	253,43€
	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	297,32€
PILATES HASTAPENA	A1-A3	18:15-19:05	297,32€
PILATES HOBEKUNTZA	A1-A3	19:15-20:05	297,32€
	A2-O1	09:00-09:50	
3. ADINA	A1-A3	10:15-11:05	73,51€
	A2-O1	10:15-11:05	
MANTENU GIMNASIA	A1-A3-O2*	09:00-09:50	245,27€
	A2-O1-O2*	09:00-09:50	
ZUNBA	A1-A3	19:00-19:50	174,97€
	A2-O1	09:30-10:20	
HIT	A1-A3	20:15-21:05	253,43€
HIPOPILATES	A2-O1	16:30-17:20	292,32€
HIPOPRESIBOAK	A2-O1	16:00-16:30	152,04€
KONBINATUA (Spinning + Tonifikazioa)	A2-O1	19:15-20:05	253,43€
	A2-O1	17:45-18:35	
		18:30-19:20	
KONBINATUA (Spinning + Igeriketa)	A1-A3	07:10-08:00	253,43€
	A1-A3	15:00-15:50	

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

ARETO JARDUERAK / Actividades de sala (+16)

IKASTAROAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	PREZIOAK
YOGA	A2	09:00-10:30	190,06€
	A1	19:00-20:30	
JARDUERA FISIKO EGOKITUA	A2-O1	18:30-19:20	94,57€
ESKALADA	A3	20:00-20:50	200,78€
TOTAL TRAINING	A1-A3	08:00-08:50	253,43€
ERDITZE ONDORENGO IKASTAROA	A1-A3	11:15-12:05	33,74€ hilabetez

ARETO JARDUERAK / Actividades de sala (6-18)

IKASTAROAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	PREZIOAK
ZUNBA GAZTE (10-16 urte)	O1	16:45-17:35	104,76€
ZUNBA TXIKI (6-9 urte)	O1	17:45-18:35	104,76€
ESKALADA (6-9 urte)	A3	17:00-17:50	221,11€
ESKALADA (10-14 urte)	A3	18:00-18:50	221,11€
ESKALADA (15-18 urte)	A3	19:00-19:50	221,11€
KONBINATUA (Igeriketa + Spinning)	A2-O1	18:15-19:05	253,43€

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

UR JARDUERAK / Actividades de agua (+16)

IKASTAROAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	PREZIOAK
HAURDUNAK (Pilates + ur jarduerak)	A1-A3	09:30-10:20	33,63€ / hilabetez
AQUAGYM	A1-A3	08:30-09:20	306,75€
	A2-O1	09:10-10:00	
	A2-O1	19:30-20:20	
AQUAGYM +1	O2	09:10-10:00	153,38€
HASTAPENA	A1-A3	07:30-08:20	306,27€
	A2-O1	19:30-20:20	
HOBEKUNTZA	A2-O1	07:10-08:00	262,80€
	A1-A3	20:00-20:50	
Errendimendua	A1-A3	19:00-19:50	262,87€
	A2-O1	07:10-8:00	
Konbinatua (Aquagym + igeriketa)	A2-O1	08:10-09:00	306,75€
IGERIKETA +1	O2	08:10-09:00	153,38€

UR JARDUERAK / Actividades de agua (6-16)

IKASTAROAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	PREZIOAK
HAURTXOAK (0-1 bitarte)	L	10:30-11:15	224,25€
	I	11:15-12:00	
HAURTXOAK (2-3 bitarte)	L	11:15-12:00	224,25€
	I	10:30-11:15	
HH3	A1-A2-A3-O1	17:00-17:45	224,27€
HH4	A1-A2-A3-O1	17:00-17:45	224,27€
HH5	A1-A2-A3-O1	18:15-19:00	206,06€
LH1	A1-A2-A3-O1	17:00-17:45	169,25€ (egun1)/ 308,82€ (2 egun)
LH2	A1-A2-A3-O1	17:00-17:45	169,25€ (egun1)/ 308,82€ (2 egun)
LH3	A1-A2-A3-O1	17:30-18:15	147,13€ (egun1)/ 264,94€ (2 egun)
LH4 -LH6	A1-A2-A3-O1	17:30-18:30	147,13€ (egun1)/ 264,94€ (2 egun)
IGERIKETA GAZTE	A1-A3	18:00-18:50	264,94€

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 FAMILIARRAN.

***LH1 eta LH2 haurrak astean SAIO 1 edo 2 SAIO egiteko aukera izango dute. Bakarriz aldatu beharko dira, IGERIKUKO ALDAGELA OROKORRETAN.

****LH3 eta LH4tik aurrerako haurrak, astean SAIO 1 edo 2 SAIO egiteko aukera izango dute.