

Abonatuentzako doako zerbitzuak

Servicios gratuitos para abonados/as

Fitness aholkularitza | Asesoramiento fitness

Astelehenetik ostiralera (ordutegia zehazteke)
De lunes a viernes (horario a determinar)

Stretching

Ostiralero, 16:30ean | Los viernes a las 16:30

Entrenamenduen gida | Guía de entrenamiento

Hilero entrenamendu bat emailaz
Entrenamiento mensual por email

Igeriketa gida | Guía de natación

Hilero entrenamendu bat emailaz
Entrenamiento mensual por email

Entrenatzaile pertsonal zerbitzua

Servicio entrenador/a personal

Zerbitzuaren deskribapena

Descripción del servicio

Entrenatzailearekin banakako ala binakako saio pertsonalizatuak. 50 minutukoak.
Sesiones personalizadas o por parejas de 50 minutos con entrenador/a.

Egutegi eta ordutegiak

Calendario y horarios

Irailetik ekainera, astelehenetik ostiralera ordutegi aukera zabala eskainiko da, goizez eta arratsaldez.
Se ofrecerá amplitud horaria de lunes a viernes, mañana y tarde, entre septiembre y junio.

Kontratatzeko erak

Formas de contratar

Saio bakarra | Una única sesión
5 saioko bonoa | Bono de 5 sesiones
10 saioko bonoa | Bono de 10 sesiones



LASARTE-ORIA
UDALA - AYUNTAMIENTO



943 37 61 82



Beko Kale Bidea, 3 - 20160 Lasarte-Oria



kirolak@lasarte-oria.eus



kirolak.buruntzaldea.eus/herriak/lasarte-oria



tramiteak.buruntzaldea.eus

Neguko ordutegia | Horario de invierno

Astelehenetik ostiralera | De lunes a viernes

Maialen Chourraut Kiroldegia	07:00-22:30
Igerilekua Piscina	07:00-12:30 / 14:00-21:30
Sauna	09:00-12:30 / 15:00-21:00
Bulegoa Oficina	09:00-13:00 / Az. Mi.: 17:00-19:00
Michelin eta Atsobakar Kirol guneak	15:30-22:30

Larunbatak | Sábados

Maialen Chourraut Kiroldegia	09:00-20:00
Igerilekua Piscina	09:00-13:00 / 16:00-20:00
Michelin eta Atsobakar Kirol guneak	09:00-20:00

Igande eta jaiegunak | Domingos y festivos

Maialen Chourraut Kiroldegia	09:00-13:00
Michelin eta Atsobakar Kirol guneak	09:00-13:00

Udako ordutegia | Horario de verano

Astelehenetik ostiralera | De lunes a viernes

Maialen Chourraut Kiroldegia	07:00-13:00 / 16:00-22:00
Igerilekua Piscina	07:00-12:30 / 16:00-21:30
Sauna	09:00-12:00 / 16:00-21:00
Bulegoa Oficina	09:00-13:00
Michelin Kirol gunea	10:00-12:30 / 17:00-22:00

Larunbatak | Sábados

Maialen Chourraut Kiroldegia	09:00-14:00
Michelin Kirol gunea	09:00-13:00

Igande eta jaiegunak | Domingos y festivos

Maialen Chourraut Kiroldegia	09:00-14:00
Michelin Kirol gunea	Itxita Cerrado



LASARTE-ORIA
UDALA - AYUNTAMIENTO



Udal kirol zerbitzua

Servicio municipal de deportes

2025 / 2026

2025 / 2026

Kirol jarduera eta ikastaroak Actividades y cursos deportivos



Uretako jarduerak (Irailtik Ekainera) Actividades acuáticas (de septiembre a junio)

Helduak | Adultos Saioa | Sesión: 50'

Al. + Az. Lu. + Mi.	Ar. + Og Ma. + Ju.	Ostiralak Viernes
09:00 → Aquagym 19:30 → Aquagym	09:00 → Aquagym 15:30 → Aquagym 19:30 → Aquagym	09:00 → Aquagym 19:30 → Aquagym

Haurrak | Niños Saioa | Sesión: 50'

Al.-Ar.-Az.-Og. Lu.-Ma.-Mi.-Ju.	Al. + Az. Lu. + Mi.	Ar. + Og. Ma. + Ju.	Larunbatak Sábados
17:30 18:20 Ur ludoteka	18:00 Igeriketa teknifikazioa	18:00 Igeriketa teknifikazioa	11:35 Igeriketa teknifikazioa

Uretako jarduerak (Hiruhilekoak) Actividades acuáticas (Trimestrales)

Igeriketa eskola | Escuela natación Saioa | Sesión: 35'

Al. + Az. + Ol.* Lu. + Mi. + Vi.* 17:15 / 17:50 / 18:25	Ar. + Og. + Ol.* Ma. + Ju. + Vi.* 17:15 / 17:50 / 18:25
* Ostiral bat bi astero / * Un viernes cada dos semanas	

Haurtxoak | Bebés Saioa | Sesión: 30'

Larunbatak | Sábados

09:30 → 24-36 hilabete meses	10:30 → 12-18 hilabete meses
10:00 → 18-24 hilabete meses	11:00 → 6-12 hilabete meses

Helduen igeriketa | Natación adultos Saioa | Sesión: 50'

Ar. + Og. + Ol.* Ma. + Ju. + Vi.*	08:00
Al. + Az. + Ol.* Lu. + Mi. + Vi.*	08:00
Al. + Az. + Ol.* Lu. + Mi. + Vi.*	19:30 / 20:30
Ar. + Og. + Ol.* Ma. + Ju. + Vi.*	19:30 / 20:30

* Ostiral bat bi astetik behin / * Un viernes cada dos semanas

Haurdunak | Embarazadas Saioa | Sesión: 50'

Haurdunak igerilekuan / Embarazadas piscina	10:30
Ar. + Og. Ma. + Ju.	

Padel Ikastaroak (hiruhilekoak) Cursos padel (trimestrales) Saioa | Sesión: 50'

18:00 Padel helduak	Al. + Az. Lu. + Mi.	≤ 2009
19:00 Padel helduak	Al. + Az. Lu. + Mi.	≤ 2009
20:00 Padel helduak	Al. + Az. Lu. + Mi.	≤ 2009
17:00 Padel	Ostirala Viernes	2012/2014
18:00 Padel	Ostirala Viernes	2010/2011

Al. Lu. ≡ Astelarena Lunes	Ar. Ma. ≡ Asteartea Martes	Az. Mi. ≡ Asteazkena Miércoles	Og. Ju. ≡ Osteguna Jueves	Ol. Vi. ≡ Ostirala Viernes
---------------------------------------	---------------------------------------	---	--------------------------------------	---------------------------------------

Helduentzako areto jarduerak Actividades de sala para adultos Saioa | Sesión: 50'

Al. + Az. | Lu. + Mi. Ar. + Og. | Ma. + Ju.

09:15 → Ziklo indoor 09:30 → Mantenim. Gimnasia 09:30 → Pilates (Euskaraz) 10:30 → Zunba 15:00 → Tono-hipopresiboak 16:00 → Kardiofit 17:15 → Pilates 18:30 → Ziklo indoor 19:15 → Kardiofit 19:30 → Ziklo indoor 20:15 → Body zunba	09:15 → Ziklo indoor 09:30 → Mantenim. Gimnasia 10:00 → Postparto 10:30 → Multifitness 11:30 → Pilates 14:20 → Body zunba 15:20 → Pilates 15:25 → Ziklo indoor 16:20 → Core + TRX 17:20 → Zunba 18:10 → Ziklo indoor 18:15 → Pilates 19:10 → Ziklo indoor (euskaraz) 19:15 → Pilates 19:15 → Total training 20:10 → Ziklo indoor 20:15 → Body training
--	--

Ostiralak | Viernes

09:15 → Ziklo indoor 09:30 → Multifitness 16:30 → Streching 19:15 → Kardiofit 20:15 → Zunba	19:10 → Ziklo indoor (euskaraz) 19:15 → Pilates 19:15 → Total training 20:10 → Ziklo indoor 20:15 → Body training
---	---

Haurdunak Embarazadas Saioa | Sesión: 50'

Haurdunak tatamian / Embarazadas tatami	10:30 Al. + Az. Lu. + Mi.
---	-------------------------------

Haur eta gazteentzako areto jarduerak Actividades de sala para jóvenes y niños Saioa | Sesión: 50'

17:40 Kirol ludoteka	Ar.+Og. Ma.+Ju.	≤ 2018 edo/o 2019/2020
18:15 Txikizunba	Al. + Az. Lu. + Mi.	2013/2018
17:30 Jostamusika	Ostiralak Viernes	2017/2020
18:25 Total Training	Ostiralak Viernes	2010/2012

Jarduera fisiko egokitua Actividad física adaptada Saioa | Sesión: 50'

Astearreak Martes	18:30 → Pista
Ostegunak Jueves	18:30 → Igerilekua Piscina

Kirol jarduera eta ikastaroen tasak | Tasas de actividades y cursos deportivos

Areto jarduerak | Actividades de sala

Irailetik ekainera | De septiembre a junio

ENTRENATZAILE PERTSONALA ENTRENADOR PERSONAL

1 saio / sesión 33,90 € 5 saio / sesiones 152,70 € 10 saio / sesiones 305,15 €

HELDUENTZAKO PARA ADULTOS	Abonatua Abonado/a		Ez abonatua No abonado/a	
	Saioak	Sesiones	Saioak	Sesiones
	1	2	1	2
Mantenim. gimnasia, Zunba	99,00 €	189,00 €	171,00 €	342,00 €
Multifitness, Body training, Body Zunba, Kardiofit	117,00 €	225,00 €	207,00 €	414,00 €
Core + TRX, Pilates, Total training, Ziklo indoor, Posparto	162,00 €	315,00 €	288,00 €	576,00 €
Jarduera fisiko egokitua Actividad física adaptada	-	261,00 €	-	477,00 €
Haurdunak / Tatamian (Hilabetea) Embarazadas / Tatami (1 mes)	-	35,00 €	-	64,00 €

HAUR ETA GAZTEAK JÓVENES Y NIÑOS

Txikizunba	99,00 €	-	171,00 €	-
Kirol Ludoteka, Jostamusika	126,00 €	-	234,00 €	-
Jarduera fisiko egokitua Actividad física adaptada	-	261,00 €	-	477,00 €

Padel Ikastaroak | Cursos Padel

Padela (20 saio Hiruhilekoak) Padel (20 sesiones Trimestrales)	151,00 € *	301,00 € *
---	------------	------------

Uretako jarduerak | Actividades acuáticas

IRAILETIK EKAINERA DE SEPTIEMBRE A JUNIO

	Abonatua Abonado/a	Ez abonatua No abonado/a
Aquagym (saio bat / bi saio)	162,00 € / 315,00 €	288,00 € / 576,00 €
Iger. teknifikazioa (saio bat / bi saio) Tecnificación nat. (una sesión / dos)	180,00 € / 360,00 €	-
Kirol ludoteka (saio bat una sesión)	126,00 €	234,00 €
Haurdunak (Hilabetea, 2 saio/astea) Embarazadas (1 mes, 2 sesiones/semana)	35,00 €	64,00 €

HIRUHILEKOAK TRIMESTRALES

	Abonatua Abonado/a	Ez abonatua No abonado/a
Helduen igeriketa (20 saio) Natación adultos (20 sesiones)	71,00 € *	128,00 € *
Igeriketa eskola (20 saio) Escuela de natación (20 sesiones)		
2021 - 2022	83,00 € *	149,00 € *
2019 - 2020	71,00 € *	128,00 € *
≤ 2018	58,00 € *	105,00 € *
Haurtxoak (12 saio) Bebés (12 sesiones)	73,00 € *	131,00 € *

* Prezioa hiruhileko bakoitzeko saio kopuruaren proportzioan egokituko da
* El precio se ajustará de forma proporcional al número de sesiones de cada trimestre.

IZEN EMATEKO ETA ORDAINTZEKO ARAUAK

Instalazioetako abonua ordainketa edo edozein jardueratan izena ematea pertsonala izango da, eta hark dirauen artean luzatuko da (ikastaro osoa). Abonuan edo jarduera batean baja emateak ez du ekarriko kuota itzultzea, ezinbesteko kasuetan izan ezik, betiere behar bezala justifikatuta badago. Bajak ondorioak izan ditzan, Udalaren erregistro orokorraren bidez dagokion baja idazkia aurkeztu behar da, www.lasarte-oria.eus webgunean eskuragarri dagoen E001 inprimaki orokorra erabiliz. Bajak eragina izango du baja eskaeraren idatzia Udalaren erregistro orokorrean aurkezten den egunean.

Gutxieneko inskripziora iristen ez diren jarduerak ez dira egingo Kasu horretan, jarduera hasi aurreko ostiralean, Kirol Zerbitzuak izena eman duten pertsonen jakinaraziko die.

Izen-ematea baliozkoa izango da, baldin eta erreserba egin eta Kirol Zerbitzuko bulegoetan ordaindu bada, edo horretarako prestatutako beste bide batzuetan matrikularen ordainagiria aurkeztu bada.

Epe luzeko ikastaroetan (irailtik ekainera), matrikula honela ordaindu ahal izango da:

- Osoa: zenbatekoaren %100a jarduera hasi aurretik.
- Zatikatua: %60a jarduera hasi aurretik. %40a urtarilean (ordainketa zatikatua kontu korronte baten bidez helbideratuko da).
- Ordainketa zatikatua kontu korronte baten bidez helbideratuko da.
- Jardueraren garapenean kirol instalazioetako abonamenduan baja hartzen duten ikasleek abonatu gabekoen tarifari dagokion zati proportzionala ordainduko dute, eta alderantziz.

NORMAS DE INSCRIPCIÓN Y ABONO

La inscripción en el abono de las instalaciones o en cualquier actividad será personal y por la duración de la misma (curso completo). La baja en el abono o en una actividad no supondrá la devolución de la cuota, salvo causa de fuerza mayor, siempre que esté debidamente justificada. Para que la baja surta sus efectos debe presentarse a través del registro general del Ayuntamiento el correspondiente escrito de baja utilizando el formulario de instancia general E 001 disponible en la web www.lasarte-oria.eus. Se entiende por baja efectiva el día en el que se presenta en el registro general del Ayuntamiento el escrito de solicitud de baja.

Todas aquellas actividades que no lleguen a un mínimo de inscripciones no se realizarán y se notificará a las personas inscritas desde el Servicio de Deportes el viernes anterior a fecha de inicio.

Se considera realizada una inscripción cuando se ha realizado la reserva y se ha abonado la matrícula en las oficinas del Servicio de Deportes u otros medios habilitados al efecto.

En los cursos de larga duración (de septiembre a junio) el pago de la matrícula podrá ser:

- Completo: 100% del importe antes del inicio de la actividad.
- Fraccionado: 60% antes del inicio de la actividad. 40% en el mes de enero (el pago fraccionado será domiciliado a través de una cuenta corriente).
- El pago fraccionado será domiciliado a través de una cuenta corriente.
- Las personas cursillistas que en el desarrollo de la actividad se den de baja en el abono a las instalaciones deportivas abonarán la parte proporcional correspondiente a la tarifa de no abonado y viceversa.