

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 (Irailetik Ekainera) Actividades acuáticas (de septiembre a junio)

Helduak Adultos			Saioa Sesión: 50'
Al. + Az. Lu. + Mi.	Ar. + Og. Ma. + Ju.	Ostiralak Viernes	
09:00 → Aqua gym	09:00 → Aqua gym	09:00 → Aqua gym	
19:30 → Aqua gym	15:30 → Aqua gym	19:30 → Aqua gym	
	19:30 → Aqua gym		

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		
Ar. + Og. Ma. + Ju.	10:30	

Padel Ikastaroak (hiruhilekoak) Cursos padel (trimestrales)		Saioa Sesión: 50'
18:00 Padela helduak Al. + Az. Lu. + Mi. ≤ 2009		
19:00 Padela helduak Al. + Az. Lu. + Mi. ≤ 2009		
20:00 Padela helduak Al. + Az. Lu. + Mi. ≤ 2009		
17:00 Padela Ostirala Viernes 2012/2014		
18:00 Padela 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	09:15 → Ziklo indoor
09:30 → Mantenim. Gimnasia	09:30 → Mantenim. Gimnasia
09:30 → Pilates (Euskaraz)	10:00 → Postparto
10:30 → Zunba	10:30 → Multifitness
15:00 → Tono-hipopresiboak	11:30 → Pilates
16:00 → Kardiofit	14:20 → Body zunba
17:15 → Pilates	15:20 → Pilates
18:30 → Ziklo indoor	15:25 → Ziklo indoor
19:15 → Kardiofit	16:20 → Core + TRX
19:30 → Ziklo indoor	17:20 → Zunba
20:15 → Body zunba	18:10 → Ziklo indoor
Ostiralak Viernes	
09:15 → Ziklo indoor	18:15 → Pilates
09:30 → Multifitness	19:10 → Ziklo indoor (euskaraz)
16:30 → Stretching	19:15 → Pilates
19:15 → Kardiofit	19:15 → Total training
20:15 → Zunba	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 korrante baten bidez helbideratuko da).
- Ordainketa zatikatua kontu korrante 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.