

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 eta Atsobakar Kirol guneak	10:00-12:30 / 17:00-22:00

Larunbatak | Sábados

Maialen Chourraut Kiroldegia	09:00-14:00
Michelin eta Atsobakar Kirol guneak	09:00-13:00

Igande eta jaiegunak | Domingos y festivos

Maialen Chourraut Kiroldegia	09:00-14:00
Michelin eta Atsobakar Kirol guneak	Itxita Cerrado



LASARTE-ORIA
UDALA - AYUNTAMIENTO



Udal kirol zerbitzua

Servicio municipal de deportes

2026 / 2027

2026 / 2027

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 → Aquagym	09:00 → Aquagym	09:00 → Aquagym
19:30 → Aquagym	15:30 → Aquagym	19:30 → Aquagym
	19:30 → Aquagym	

Haurrak | Niños

Saioa | Sesión: 50'

Al. / Az. Lu. / Mi.	Al. + Az. Lu. + Mi.	Ar. + Og. Ma. + Ju.	Larunbatak Sábados
17:30 18:20 Ur ludoteka	18:00 Igeriketa teknifikazioa	17:45 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.*	Ar. + Og. + Ol.* Ma. + Ju. + Vi.*
17:15 / 17:50 / 18:25	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.*	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 (Hilabeteko iraupena)

Embarazadas (Duración mensual)

Saioa | Sesión: 50'

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

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

Padel Ikastaroak (hiruhilekoak)

Cursos padel (trimestrales)

Saioa | Sesión: 50'

Padela helduak Al. + Az. Lu. + Mi.	17:00 / 18:00 / 19:00 / 20:00
Padela helduak Ar. + Og. Ma. + Ju.	18:00 / 19:00
Padela gazte (2013-2015) Ol. Vi.	17:00
Padela gazte (2011-2012) Ol. Vi.	18:00

Al. Lu.	Ar. Ma.	Az. Mi.	Og. Ju.	Ol. Vi.
≡	≡	≡	≡	≡
Astehena Lunes	Astearte Martes	Asteazkena Miércoles	Osteguna Jueves	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)	
10:30 → Zunba	10:30 → Multifitness
11:00 → Posparto	11:30 → Pilates
15:00 → Tono-hipopresiboak	
16:00 → Kardiofit	14:20 → Body zunba
17:15 → Pilates	15:20 → Pilates
18:30 → Ziklo indoor	15:25 → Ziklo indoor
19:30 → Ziklo indoor	16:20 → Core + TRX
20:15 → Body zunba	17:20 → Multifitness
Ostiralak Viernes	
09:15 → Ziklo indoor	18:10 → Ziklo indoor
09:30 → Multifitness	19:10 → Ziklo indoor (Euskaraz)
16:30 → Streching (Doan)	19:15 → Total training
19:15 → Kardiofit	20:10 → Ziklo indoor
20:15 → Zunba	

Haur eta gazteentzako areto jarduerak

Actividades de sala para jóvenes y niños

Saioa | Sesión: 50'

17:40 Kirol ludoteka Ar.+Og. Ma.+Ju.	≤ 2019 edo/o 2020/2021
18:15 Txikizunba Al. + Az. Lu. + Mi.	2014/2019
17:30 Jostamusika Ostiralak Viernes	2018/2021
18:25 Total Training Ostiralak Viernes	2011/2013

Jarduera fisiko egokitua

Actividad física adaptada

Saioa | Sesión: 50'

Astearteak 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

HELDUENTZAKO PARA ADULTOS	Abonatua Abonado/a		Ez abonatua No abonado/a	
	Saioak	Sesiones	Saioak	Sesiones
	1	2	1	2
Mantenim. gimnasia, Zunba, Body training, Body Zunba, Kardiofit	117,00 €	234,00 €	216,00 €	432,00 €
Core + TRX, Pilates, Total training, Ziklo indoor, Posparto	171,00 €	333,00 €	306,00 €	603,00 €
Jarduera fisiko egokitua Actividad física adaptada	-	279,00 €	-	495,00 €
HAUR ETA GAZTEAK JÓVENES Y NIÑOS				
Txikizunba	117,00 €	-	216,00 €	-
Kirol Ludoteka, Jostamusika	135,00 €	-	234,00 €	-
Jarduera fisiko egokitua Actividad física adaptada	-	279,00 €	-	495,00 €

Padel Ikastaroak | Cursos Padel

HIRUHILEKOAK TRIMESTRALES	Abonatua Abonado/a	Ez abonatua No abonado/a
Padela (20 saio) Padel (20 sesiones)	158,00 € *	316,00 € *

* Prezioa hiruhileko bakoitzeko saio kopuruaren proportzioan egokituko da. Urtarriletik aurrera 2027ko prezioak izango dituzte.
* El precio se ajustará de forma proporcional al número de sesiones de cada trimestre. A partir de enero tendrán precios de 2027.

Uretako jarduerak | Actividades acuáticas

IRAILKETIK EKAINERA DE SEPTIEMBRE A JUNIO	Abonatua Abonado/a	Ez abonatua No abonado/a
Aquagym (saio bat / bi saio)	171,00 € / 333,00 €	306,00 € / 603,00 €
Iger. teknifikazioa (saio bat / bi saio) Tecnificación nat. (una sesión / dos)	189,00 € / 378,00 €	-
Kirol ludoteka (saio bat una sesión)	135,00€	243,00€
HIRUHILEKOAK TRIMESTRALES	Abonatua Abonado/a	Ez abonatua No abonado/a
Helduen igeriketa (20 saio) Natación adultos (20 sesiones)	75,00 € *	134,00 € *
Igeriketa eskola (20 saio) Escuela de natación (20 sesiones)		
2022 - 2023	87,00 € *	156,00 € *
2020 - 2021	75,00 € *	134,00 € *
≤ 2019	61,00 € *	110,00 € *
Haurtxoak (12 saio) Bebés (12 sesiones)	76,00 € *	137,00 € *
HILEKOAK MENSUALES	Abonatua Abonado/a	Ez abonatua No abonado/a
Haurdunak (Hilabetea, 2 saio/astea) Embarazadas (1 mes, 2 sesiones/semana)	37,00 € *	67,00 € *

* Urtarriletik aurrera 2027ko prezioak izango ditu.
* A partir de enero se le aplicarán precios de 2027.

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 (irailetik 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 E001 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.