

¡ACTÍVATE!
¡PONTE EN
FORMA!

SEGUIMOS ACTIVOS

DEL 1 DE ENERO AL 30 DE JUNIO DE 2024

Información e inscripciones:
Telf.: 983 426 313
adultosfmd@ava.es
www.fmdva.org

INSTALACIONES

POLIDEPORTIVO HUERTA DEL REY

C/ Joaquín Velasco Martín, 9 ☎ 983 426 313

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	UBICACIÓN
8	MNT		PIL/E.ESP		MNT	Gimnasio
10	MNT		RIT		PIL/E.ESP	Gimnasio
11	MNT	RIT	GIM.S	MNT	PIL/E.ESP	Gimnasio
12	PIL/E.ESP	MNT	MNT	GIM.S	RIT	Gimnasio
18		MNT		RIT		Gimnasio

POLIDEPORTIVO CANTERAC

Paseo Juan Carlos, 1, 16 ☎ 983 477 904

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	UBICACIÓN
9	MNT	PIL/E.ESP	RIT	MNT	MNT	Pista
10	GIM.S	MNT	PIL/E.ESP	RIT	GIM.S	Gimnasio
11	MNT	RIT	GIM.S	MNT	PIL/E.ESP	Gimnasio
12	PIL/E.ESP		MNT		GIM.S	Pista
18		MNT		PIL/E.ESP		Pista

POLIDEPORTIVO RONDILLA

C/ Torquemada, 63 ☎ 680 441 148

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	UBICACIÓN
9	MNT	RIT	GIM.S	PIL/E.ESP	MNT	Gimnasio
10	GIM.S		RIT		PIL/E.ESP	Gimnasio
11	PIL/E.ESP	MNT	MNT	RIT	GIM.S	Gimnasio

POLIDEPORTIVO LA VICTORIA

C/ Comuneros de Castilla, 2 ☎ 609 614 864

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	UBICACIÓN
9	MNT		RIT		GIM.S	Pista
18		PIL/E.ESP		MNT		Pista

POLIDEPORTIVO PARQUESOL

C/ Padre Llanos, s/n ☎ 983 352 611

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	UBICACIÓN
11	MNT		RIT		PIL/E.ESP	Gimnasio

POLIDEPORTIVO PISUERGA

Plaza México, s/n ☎ 983 476 366

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	UBICACIÓN
10	MNT		RIT		PIL/E.ESP	Pista
11	RIT	MNT	PIL/E.ESP	GIM.S	MNT	Gimnasio

POLIDEPORTIVO SAN ISIDRO

C/ Sta. M.ª de la Cabeza, 4 ☎ 649 828 162

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	UBICACIÓN
11	MNT		RIT		PIL/E.ESP	Pista

POLIDEPORTIVO PILAR FDEZ-VALDERRAMA

C/ Boedo, 7 ☎ 983 247 632

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	UBICACIÓN
10		PIL/E.ESP		MNT		Gimnasio
11	MNT		RIT		GIM.S	Gimnasio

POLIDEPORTIVO GREGORIO FERNÁNDEZ

C/ India, 3 ☎ 618 509 452

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	UBICACIÓN
9		MNT		PIL/E.ESP		Pista
10	PIL/E.ESP		RIT		MNT	Pista
11	MNT	RIT	PIL/E.ESP	MNT	GIM.S	Pista
12	MNT	GIM.S	MNT	RIT	PIL/E.ESP	Pista

POLIDEPORTIVO JOSÉ LUIS MOSQUERA

C/ Pío del Río Horteiga, 13 ☎ 690 170 413

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	UBICACIÓN
9	RIT		PIL/E.ESP		MNT	Gimnasio
11		MNT		GIM.S		Gimnasio
12	MNT		RIT		PIL/E.ESP	Gimnasio

POLIDEPORTIVO LALO GARCÍA

C/ Enrique Cubero, 7 ☎ 660 325 806

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	UBICACIÓN
11	MNT		RIT		PIL/E.ESP	Gimnasio

POLIDEPORTIVO MIRIAM BLASCO

C/ Covadonga, 16 ☎ 680 441 149

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	UBICACIÓN
9	GIM.S		PIL/E.ESP		MNT	Pista
11	RIT		MNT		PIL/E.ESP	Pista
12	MNT	PIL/E.ESP	RIT	MNT	GIM.S	Pista
13	PIL/E.ESP	MNT	GIM.S	RIT	MNT	Pista

POLIDEPORTIVO BARRIO DELICIAS

C/ Arca Real, 101 ☎ 670 640 076

HORA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	UBICACIÓN
9		MNT		MNT		Gimnasio
10	MNT		RIT		PIL/E.ESP	Gimnasio

ABREVIATURAS

RIT	RITMO Y COORDINACIÓN
GIM.S	GIMNASIA SUAVE
MNT	GIMNASIA MANTENIMIENTO
PIL/E.ESP	PILATES- ESCUELA DE ESPALDA

SALAS DE MUSCULACIÓN

Polideportivo Canterac
Lunes y miércoles, de 8 h a 13 h
y de 17 h a 22 h
Martes y jueves, de 8 h. a 12 h
y de 17 h a 22 h
Viernes, de 8 h a 12 h
y de 18 h a 21 h

Polideportivo Huerta del Rey
Lunes a jueves, de 8 h a 14 h
y de 17 h a 22 h
Viernes, de 8 h a 13 h
y de 18 h a 21 h
Domingos de 10 h a 13 h

Polideportivo Miriam Blasco
Lunes a viernes, de 8 h a 12 h
Lunes a jueves, de 17 h a 22 h
Viernes, de 18 h a 20 h

Polideportivo Parquesol
SALA MULTIDISCIPLINAR
Martes y jueves, de 18:15 h a 19 h

Polideportivo Pisuerga
Lunes a jueves, de 9 h a 12 h
y de 17 h a 22 h
Viernes, de 9 h a 12 h
y de 18 h a 21 h
Sábados, de 10 h a 13 h

Polideportivo Rondilla
Lunes a viernes, de 10 h a 12 h
Lunes, miércoles y jueves
de 18 h a 20 h

INSCRIPCIÓN

En concepto de matrícula,
los nuevos abonados
pagarán 20 €, más el
precio del abono.

ABONO

El pago es semestral.
En el momento de la
inscripción se abonará,
además de la matrícula,
la parte proporcional del
mes en curso y los meses
completos que resten
hasta finalizar el semestre
natural.

Empadronados:

45 €/semestre
(7,5 €/mes)

No empadronados:

95 €/semestre
(15,83 €/mes)