

2018-2019 Berriozar

ACTIVIDADES Y CURSOS MUNICIPALES

CULTURA - PERSONAS MAYORES - DEPORTE



funciona

INSCRIPCIONES SEPTIEMBRE

NOTAS GENERALES

- **Plazas limitadas**, prioridad a personas abonadas y empadronadas o con convenio con el Ayuntamiento de Berriozar, el resto en lista de espera.
- Para que un grupo se confirme serán necesarias 10 personas inscritas. En el caso de no existir un número mínimo de inscripciones en alguno de los grupos ofertados, se suspenderá la actividad.
- Existe un calendario para cada actividad que se entregará al comienzo del curso y se expondrá en tableros informativos, teniendo como base general los calendarios escolares de los centros de Berriozar.
- **Convenio de colaboración entre el Ayuntamiento de Berriozar y Juslapeña.**
- Para estos programas solicitamos a las familias que nos comuniquen cualquier posible información sobre las personas inscritas que resulte importante para el desarrollo de las actividades.

SISTEMA ÚNICO DE PAGO

Generalmente: mediante domiciliación bancaria en dos plazos (noviembre/febrero).

- En el caso de inscripciones fuera de plazo la tasa del curso se pagará en su totalidad.
- Una vez iniciadas las actividades **no** se atenderán posibles devoluciones y/o anulaciones de cuotas. El importe de la inscripción solo se devolverá en caso de la suspensión de la actividad.
- El no pagar alguna de las cuotas, en periodo establecido, supone la pérdida del derecho a participar en las actividades. Dándose de baja de la misma desde el día siguiente a la finalización del periodo de pagos.
- Así mismo, quien tenga pendientes pagos de cuotas no se podrá inscribir en actividades en ejercicios posteriores hasta que no se pongan al corriente de pago de las deudas contraídas.

El Ayuntamiento de Berriozar cuenta con una **ordenanza social** para facilitar el acceso a estos cursos y actividades.

Evidentemente, las actividades cuya inscripción se realiza mediante **renta** ya cuentan con ayudas, por lo que no podrán solicitar en esta ordenanza.

Estas ayudas se imputan en el segundo periodo de actividad (*ver ordenanza específica*).

Solicitudes: del 1 al 11 de octubre

en la Oficina de Deportes del Ayuntamiento de Berriozar de 11 a 13 horas.

Información: www.berriozar.es y en áreas municipales.



Ayuntamiento de Berriozar

Plaza Euskal Herria 1

31013 Berriozar (Navarra)

Tel. 948 30 00 05 Fax. 948 30 10 34

www.berriozar.es



Toda la información:

www.berriozar.es

www.polideportivoberriozar.es

De conformidad con la Ley 15/1999 de LOPDP se informa que sus datos se incorporan al fichero para la gestión de los programas municipales del Ayuntamiento de Berriozar, de Berrikilian y de los clubs deportivos. Usted podrá ejercer sus derechos de cancelación, rectificación u opinión en las dependencias municipales.

NOTAS ESPECÍFICAS CULTURA

Inscripción:

Del 11 al 17 de septiembre, llamando a los teléfonos 948 012 012 y 012 o en www.berriozar.es.

Plazas limitadas:

Se concederán por orden de inscripción. Se atenderá primero a las personas empadronadas.

Sistema de pago:

- Mediante domiciliación bancaria en dos plazos, uno antes de fin de noviembre y el segundo en enero. Este hecho supone una facilidad de pago, no eximiendo del pago del coste total del curso en ningún caso.
- En el caso de inscripciones fuera de plazo, la tasa del curso se pagará en su totalidad.
- Solo se posibilitará la devolución económica a las bajas solicitadas antes del 15 de noviembre. La solicitud se presentará por instancia general en el Ayuntamiento.

NOTAS ESPECÍFICAS DEPORTE

Inscripción presencial y asesorada de Actividades Deportivas y Personas Mayores:

En las oficinas del Polideportivo Municipal de Berriozar, C/ Cendea Ansoain, 2 - C.P. 31013 Berriozar.

Fechas:

Del 10 al 14 de septiembre (*ver fechas inscripción por actividades*).

Horario:

De 11 a 13 y de 17 a 19 horas.

Fuera de este horario se recogerán solicitudes en la recepción y serán tramitadas al día siguiente.

Es obligatorio rellenar todos datos indicados en las fichas de inscripción.



Fotografías

Patxi Pitillas y Zesar Cebrian, Ayuntamiento de Berriozar y Berrikilian.



Impreso en papel ecológico

Actividades Cultura

CURSOS INFANTILES

Danzas

	Día	Horario	Lugar	Edad	Precio
E	Lunes	17:00 a 18:00	Instituto	5 años	56,38€
E	Lunes	17:00 a 18:00	Instituto	6 años	56,38€
E	Lunes	18:00 a 19:30	Instituto	7 años	56,38€
E	Miércoles	17:00 a 18:30	Instituto	8-9 años	56,38€
E	Viernes	18:00 a 19:30	Instituto	10 años	56,38€
E	Miércoles	17:00 a 18:30	Instituto	11-12-13 años	56,38€
E	Miércoles	18:30 a 20:00	Instituto	14 años	56,38€
E	Martes	18:30 a 20:00	Instituto	15 años	56,38€
E	Miércoles	18:30 a 20:00	Instituto	Chicos	56,38€

Los horarios pueden sufrir modificaciones por motivos organizativos.

Iniciación a la pintura

	Día	Horario	Lugar	Edad	Precio
E	Martes	17:00 a 18:00	Arte Etxea	Desde 6 años	56,38€
C	Miércoles	15:30 a 16:30	Arte Etxea	Desde 6 años	56,38€
C	Miércoles	16:30 a 17:30	Arte Etxea	Desde 6 años	56,38€

A partir de los 6 años.

Cursillo intensivo de acercamiento al dibujo y a la pintura.

Recorrido por todas las técnicas y géneros: témperas, acrílicos, arcilla, dibujo, cómic, ilustración, arte moderno, reciclaje, experimentos, etc.

LUDOTECA

Horario semanal

	Día	Horario	Lugar	Edad	Libre
C	Lunes	17:00 a 18:30	Ludoteca	Pequeños	18:30 a 19:30
E	Martes	17:00 a 18:30	Ludoteca	Pequeños	18:30 a 19:30
E	Miércoles	17:00 a 18:30	Ludoteca	Mayores	18:30 a 19:30
C	Jueves	17:00 a 18:30	Ludoteca	Mayores	18:30 a 19:30
	Viernes	17:00 a 18:30	Ludoteca	Ttanttaka (Modelo A)	18:30 a 19:30

A partir de los 3 años.

Lugar: Ludoteca (Plaza Eguzki, 1).

Matrícula: en la propia Ludoteca, en octubre.

Comienzo: 1 de octubre.

Los horarios pueden sufrir modificaciones por motivos organizativos.

CURSOS PARA PERSONAS ADULTAS

Dibujo y pintura

Día	Horario	Lugar	Precio (personas empadronadas)
Lunes y jueves	17:00	Arte Etxea	78,94€

Iniciación al dibujo (lápiz, carboncillo, pastel, acuarela), a los géneros de la pintura tradicional (bodegón, retrato, paisaje) y a los temas y técnicas modernas (abstracción, vanguardias, diferentes estilos, etc.).

Manualidades

Día	Horario	Lugar	Precio (personas empadronadas)
Martes y jueves	16:00	Arte Etxea	78,94€
Martes y jueves	18:00	Arte Etxea	78,94€

Corte y confección

Día	Horario	Lugar	Precio (personas empadronadas)
Lunes y jueves	15:00	Centro de mayores	101,49€

Encaje de bolillos

Día	Horario	Lugar	Precio (personas empadronadas)
Jueves	17:00	Centro de mayores	78,94€

Teatro

Día	Horario	Lugar	Precio (personas empadronadas)
Jueves	19:00	Kulturgune	45,10€

Talla en madera

Día	Horario	Lugar	Precio (personas empadronadas)
Lunes y miércoles	17:00	Arte Etxea	101,49€

Iniciación a la fotografía

Día	Horario	Lugar	Precio (personas empadronadas)
Miércoles	19:00	Kulturgune	78,94€

OTROS

APYMAS

Contacto	
© APYMA Aunsensi	apymaausensi@gmail.com
Ⓔ APYMA Mendialdea G. E.	mendialdeage@gmail.com

Escuela de la naturaleza
Natur eskola

Oferta trimestral de charlas, cursos y talleres de formación en actividades respetuosas con la naturaleza, que favorezcan un consumo sostenible y la salud.

Contacto

Teléfono: 948 29 19 09 / 660 402 496
natureskola@sumaconcausa.org
www.sumaconcausa.org

Actividades Personas Mayores

PROMOCIÓN ACTIVIDADES PERSONAS MAYORES (+61 AÑOS) PROGRAMA SALUD Y ACTIVIDAD FÍSICA

Las actividades de estos programas cuentan con una nueva instalación municipal:
Centro Municipal de Personas Mayores de Berriozar, situado en la c/ Iruñalde, 3.

Este año se promueven dos programas para personas mayores:

1. **Programa Envejecimiento Activo.**
2. **Programa de Promoción de Autonomía y Respiro Familiar.**

Para estos programas solicitamos a las familias que nos comuniquen cualquier posible información sobre las personas inscritas que resulte importante para el desarrollo de las actividades.

1. Promoción Envejecimiento Activo

Talleres de memoria, informática, manejo de teléfonos móviles, autocuidados, bailes de salón, gimnasia + yoga y actividad física para personas mayores de 75 años: prevención de caídas.

Dirigido a: personas mayores de 60 años o menores de 60 con alguna necesidad especial.

Calendario: presentación segunda semana de octubre 2018, final segunda semana de mayo 2019 (se entregará calendario por curso).

Inscripciones: del 10 al 14 de septiembre (de martes a jueves).

Horario: mañanas de 11 a 13 horas y tardes de 17 a 19 horas.

Lugar: polideportivo.

Orden de preferencia en la inscripción:

1. Personas mayores de 61 años, abonados/as a las instalaciones deportivas o socias del Club de Jubilados/as de Berriozar.
2. Personas +60 años empadronadas en Berriozar.
3. Personas con situaciones especiales.
4. Personas entre 50 y 60 años empadronadas. El coste de las actividades para estas personas será de un 30% más que personas mayores.
5. Personas +61 años no empadronadas.

Tasas/Precios (+61 años): es objeto del Ayuntamiento facilitar el acceso de las personas con situaciones especiales socioeconómicas. Para ello, se concreta un sistema de inscripciones **mediante renta**. Las siguientes actividades se pagarán según la declaración de la renta del año en curso. Será necesaria la presentación de la declaración para poder estar en los tramos reducidos. Las personas que no adjunten la declaración de la renta pasarán al tramo más alto.

	Mayores de 61 años (actividad de 1 h o 1:30 h o 2 h/semanales)						
	RPC	<5000	5001-8000	8001-10000	10001-15000	15001-20000	>20001
Empadronado/a		50€	60€	70€	80€	90€	100€
Abonado/a		45€	55€	65€	75€	85€	95€
No empadronado/a		125€	125€	125€	125€	125€	125€

Sistema de pago: fraccionado en dos pagos (mitad en octubre + mitad en enero), mediante domiciliación bancaria (será necesario dar número de cuenta).

Entidades que participan en las actividades: Ayuntamiento de Berriozar, Empresa Pública Berrikilan, Club de Jubilados/as San Esteban, Programa Comunitario de Hábitos Saludables de Berriozar, Servicios Sociales, Centro de Salud (subvencionado por el Gobierno de Navarra).

Taller de memoria

Día	Horario	Lugar	N.º de plazas
Lunes	10:00 a 11:30	Centro Municipal Personas Mayores	Mínimas 10 Máximas 14
Lunes	11:30 a 13:00	Centro Municipal Personas Mayores	Mínimas 10 Máximas 14

Basado en la realización de juegos, actividades y ejercicios, cuyo objeto es el mantenimiento de la capacidad cognitiva, de la memoria; así como realizamos actividad física para mantener frescos los músculos, realizamos ejercicios de memoria para mantener fresca la mente.

Los grupos de Taller de Memoria se distribuyen por niveles definitivamente en noviembre.

Alfabetización

Día	Horario	Lugar	N.º de plazas
Miércoles	10:30 a 12:00	Centro Municipal Personas Mayores	Mínimas 6 Máximas 12

Clases para aprender o mejorar a leer y escribir.

Gimnasia + Yoga

Día	Horario	Lugar	N.º de plazas
Martes (gimnasia)	10:15 a 11:15	Polideportivo o Centro Municipal Personas Mayores	Mínimas 12 Máximas 18
Viernes (yoga)	9:00 a 10:00		
Martes (gimnasia)	10:15 a 11:15	Polideportivo o Centro Municipal Personas Mayores	Mínimas 12 Máximas 18
Viernes (yoga)	10:00 a 11:00		

Gimnasia de mantenimiento para personas mayores: basado en actividades variadas de carácter físico-deportivo, con el objetivo de mantener y mejorar la capacidad funcional y la calidad de vida.

Yoga para personas mayores: trabajo en base a unas técnicas posturales, respiratorias y de relajación que ayudan a equilibrar y normalizar el cuerpo, mente y ánimo.

Bailes de salón

Día	Horario	Lugar	N.º de plazas
Lunes	10:00 a 11:00	Gazteguno o Centro Municipal Personas Mayores	Mínimas 10 Máximas 18

Actividad de baile en grupo, donde se realizan coreografías de varios estilos. Se incorporan bailes a demanda por el propio grupo.

Autocuidados

Día	Horario	Lugar
Jueves	10:00 a 11:30	Centro Municipal Personas Mayores

Sesiones de trabajo en grupo con psicóloga.



Eliminación de brecha digital (informática)

Día	Horario	Lugar	N.º de plazas
Iniciación 1 Lunes	16:00 a 18:00	Aula digital Centro Municipal Personas Mayores	Mínimas 7 Máximas 10
Intermedio 2 Lunes	18:00 a 20:00	Aula digital Centro Municipal Personas Mayores	Mínimas 7 Máximas 10
Intermedio 3 Miércoles	16:00 a 18:00	Aula digital Centro Municipal Personas Mayores	Mínimas 7 Máximas 10
Intermedio 4 Miércoles	18:00 a 20:00	Aula digital Centro Municipal Personas Mayores	Mínimas 7 Máximas 10

Aprendizaje de conocimientos para el manejo del ordenador. Diferentes niveles según conocimientos. Incluye conocimiento básico de conceptos en inglés que se utilizan en los programas.

Clases de manejo de teléfono móvil

Día	Horario	Lugar	N.º de plazas
Martes	16:15 a 17:45	Centro Municipal Personas Mayores	Mínimas 8 Máximas 14

Basado en el aprendizaje del sistema Android. Incluye manejo de Whatsapp, realización de fotografías, manejo de internet en el móvil, etc.

Duración: de octubre a diciembre (10 horas).

Precio: abonados/as 25€, empadronados/as 30€ y no empadronados/as 50€.

Actividad física para personas mayores de 75 años: prevención de caídas

Día	Horario	Lugar	N.º de plazas
Martes y jueves	A partir de las 11:00	Centro Municipal Personas Mayores	Mínimas 12 Máximas 16

Trimestral, de septiembre a diciembre. **Gratis.**

25 y 27 septiembre: trabajo enfermería. 11:00 a 12:30 horas.

2 y 4, octubre: actividad física monitora (agua/cardiovascular). 11:15 a 12:15 horas.

9 y 11 octubre: sesión psicóloga. 11:30 a 12:30 horas.

16 y 18 octubre: risoterapia. 11:00 a 12:00 horas.

23 y 25 Octubre: actividad física monitora (pilates/fuerza). 11:15 a 12:15 horas.

30 octubre: trabajo enfermería. 11:00 a 12:30 horas.

13 diciembre: trabajo enfermería. 11:00 a 12:30 horas. **Evaluación curso.**



2. Programa Promoción de Autonomía y Respiro Familiar

Objeto:

Compartir el cuidado de las personas mayores que empiezan a tener primeros grados de dependencia. Teniendo presente que muestran grados de capacidad y autonomía suficiente para participar en este programa.

Se publicitará un folleto específico con información.

Actividades Deportes

POLIDEPORTIVO BERRIOZAR

Instalaciones deportivas

Cursos deportivos, actividad física y salud

Instalaciones: piscina cubierta y jacuzzi, piscinas exteriores, polideportivo, pista exterior multiusos, campo de fútbol, gimnasio, 3 salas de actividades, sala spinning, frontón, minifronton, sala de tenis de mesa, 2 pistas de pádel, saunas, solarium, zona verde, merenderos, barbacons y bar-restaurante.



Dirección: c/ Cendea de Ansoain, 2 - 31013 Berriozar/Navarra

Teléfono: 948 30 17 19

Correo electrónico: info@berrikilan.es

Página web: www.polideportivoberriozar.es

Abonos anuales, mensuales y verano y alquileres instalación

Empadronados/as Berriozar

Tipo de abono	Anual	Mes Deporte	Mensual	Verano
Matrícula +61	76,25€			
Cuota mensual +61	12,37€		37,50€	60,60€
Matrícula 20-60	127,75€	54,50€ contado		
Cuota mensual 20-60	20,70€		52,50€	96,46€
Matrícula 14-19	102€	44,50€ domiciliado 12 meses		
Cuota mensual 14-19	16,46€		45,45€	77,77€
Matrícula 5-13	76,25€			
Cuota mensual 5-13	12,37€		37,50€	60,60€
0-4 años	0€		7,50€	12,27€

Trabajadores/as Berriozar

Tipo de abono	Anual	Mes Deporte	Mensual	Verano
Matrícula +61	84,35€			
Cuota mensual +61	14,34€	54,50€ contado	40,40€	66,91€
Matrícula 20-60	140,90€			
Cuota mensual 20-60	22,78€	44,50€ domiciliado 12 meses	54,50€	107,31€
Matrícula 14-19	112,10€			
Cuota mensual 14-19	18,23€		49,50€	87,21€

No empadronados/as Berriozar

Tipo de abono	Anual	Mes Deporte	Mensual	Verano
Matrícula +61	88,40€			
Cuota mensual +61	14,34€		43,50€	70,20€
Matrícula 20-60	148,50€	54,50€ contado		
Cuota mensual 20-60	23,79€		54,50€	111,61€
Matrícula 14-19	118,68€			
Cuota mensual 14-19	19,04€	44,50€ domiciliado 12 meses	51,25€	90,40€
Matrícula 5-13	88,40€			
Cuota mensual 5-13	14,34€		43,50€	70,20€
0-4 años	0€		12,10€	15,66€

Tipo de abono	Anual	Abono Deporte	Mes Deporte	Mensual	Verano	No abonados/as
Frontón	6,50€	3,50€	3,50€	6,50€	6,50€	14€
Luz frontón	4,50€					
Pista pádel	9€	7€	7€	9€	9€	14€
Luz pista pádel	1,50€					
Minifrontón	Gratuito					3,50€
Polideportivo	21,25€	9,50€ (menores de 18 años)				38,80€
Pista exterior	7€					13€
Luz polideportivo y pista	4,50€					
Campo fútbol 8	30,90€					62,85€
Campo fútbol 8 (con luz)	44,45€					76,25€
Campo fútbol 11	44,45€					125€
Campo fútbol 11 (con luz)	62,85€					143€
Sauna	0,50€					
Solarium (sesión 10 min.)	7,50€					
Bono 10 solarium (sesión 10 min.)	65€					
Rocódromo anual txiki	25,75€					30,90€ Emp. 41,20€ No emp.
Rocódromo día txiki	1,55€					2,55€
Rocódromo anual adulto/a	51,50€					61,80€ Emp. 82,40€ No emp.
Rocódromo día adulto/a	3,10€					5,10€
Botxategi abonados/as	1€					5€
Botxategi empadronados/as	3€					5€
Taquilla personal	2,90€					

Pautas generales

FECHAS DE INSCRIPCIÓN

Programa "Abono Deporte" y entrenamientos personales:

Cualquier día del año.

Cursos y promoción de actividades físicas infantiles y personas adultas de octubre a mayo:

Del 10 al 14 de septiembre, de 11 a 13 y de 17 a 19 horas.

Recogida de solicitudes:

- En el propio polideportivo y en nuestro blog www.polideportivoberriozar.es.
- A partir de la fecha señalada, se podrán inscribir en la recepción del polideportivo o por envío a la siguiente dirección de correo electrónico: info@berrikilan.es.

Abono Deporte:

- La baja de la actividad se comunicará antes de la finalización del mes en curso.

Sistema de inscripción:

- Se atenderán todas las solicitudes recibidas en plazo, pero, si hiciera falta, la adjudicación de plaza será mediante sorteo.
- En cualquier curso, los alumnos/as federadas por un club local tendrán plaza reservada con anterioridad.
- Los cursos infantiles en euskera están dirigidos a alumnos/as que sepan hablar euskera.
- En actividades federadas, los clubs marcan prioridad sobre deportistas de temporadas anteriores.

Listas admitidos, grupos nuevos y listas de espera:

- A partir del 19 de septiembre se publicarán en el tablón de información del polideportivo y en el blog www.polideportivoberriozar.es.
- No se dará información por teléfono.

Forma de pago:

- El pago se efectúa en dos cuotas de la mitad del precio en noviembre y febrero.
- Si se desea dar de baja para el 2.º cuatrimestre se comunicará antes del 31 de diciembre.
- La inscripción para el 2.º cuatrimestre será en el mes de enero.
- Durante el año, todas las nuevas inscripciones abonarán la parte proporcional de la actividad a realizar.
- El pago se realizará por domiciliación bancaria o tarjeta de pago.
- Una vez efectuado el cobro, en ningún caso se efectuarán devoluciones.

Distribución de plazas para personas abonadas y empadronadas:

- En los cursos deportivos tendrán prioridad las personas abonadas a la instalación.
- En cursos de promoción, preferencia para personas abonadas y empadronadas.

Calendario de actividades:

- Todas las actividades, salvo el abono deporte que es anual, serán del 1 de octubre al 31 de mayo.

Actividades en el polideportivo:

- El acceso a los espacios deportivos está solo permitido a las personas participantes, **no** a las personas acompañantes.
- Para acceder a la instalación, el encargado/a asignará a cada grupo un vestuario, que ocupará hasta 20 minutos después de la finalización de la actividad.
- En caso de menores, el acceso a vestuarios se realizará junto con el resto del grupo y el monitor/a, entrenador/a responsable del mismo.
- Durante el desarrollo de actividades se recomienda el uso de taquillas. El Ayuntamiento de Berriozar y Berrikilan no responderá de los objetos personales que puedan extraviarse.
- Recomendamos a las personas inscritas en las actividades deportivas someterse a un reconocimiento médico-deportivo previo; reservándose el Ayuntamiento de Berriozar y Berrikilan el derecho de exigirlo si se estima conveniente.
- La participación en estas actividades es voluntaria. Cada persona participante cubrirá los posibles accidentes o lesiones producidas por el transcurso de la actividad mediante su seguro, no haciéndose cargo el Ayuntamiento de Berriozar y Berrikilan del gasto que ello ocasionase.
- Se colocará exposición de listas en tableros informativos del polideportivo.
- En todas las actividades las clases finalizarán 5 minutos antes del tiempo establecido, para favorecer la salida de personas participantes y dar paso a siguiente grupo.



¡NOVEDADES DE TEMPORADA!

Abono deporte 18-19:

Spinning con rutas navarras, video-rides y spinning virtual, aqua-musica, gimnasia activa y marcha nórdica para personas adultas.

- Entrenamientos dirigidos a grupos reducidos.
- Ranking de pádel categoría mixta.
- Tenis de mesa infantil.
- Psicomotricidad para personas con necesidades especiales.
- Cursos de natación nivel avanzado, bailes latinos, escalada, boxeo y kick boxing para personas adultas.

1. PROGRAMA ABONO DEPORTE (incluido en cuota Mes Deporte)

Aerotono, aquagim, estiramientos, TRX, step, spinning, spinning esukeraz, Kropp 3D, GAP, zumba, gimnasia suave, gimnasia activa, aqua música, insanity, body fit, tono 30'.

Lunes	
9:30-10:25	Aerotono
10:45-11:30	Aquagim
17:15-18:10	Estiramientos
18:00-18:55	Marcha nórdica
18:15-18:55	TRX
18:30-19:25	Spinning
19:00-19:55	Step iniciación
19:30-20:25	Spinning
19:30-20:25	Kropp 3D
20:00-20:30	CORE funcional
20:35-21:30	Zumba

Martes	
9:15-10:10	Gimnasia suave
10:15-11:10	Spinning
10:15-11:10	Step
14:30-15:25	Spinning
18:00-18:55	Gimnasia activa
18:30-19:10	Aqua música
19:00-19:55	Spinning Eus E
19:00-19:55	Insanity
20:00-20:55	Body fit
20:00-20:55	Spinning

Miércoles	
9:30-10:25	Aerotono
10:45-11:30	Aquagim
10:30-11:25	Zumba
17:15-18:10	Estiramientos
18:15-18:55	TRX
18:30-19:25	Spinning
19:00-19:55	Aerobic medio
19:30-20:25	Spinning
20:00-20:30	Tono 30'
20:35-21:30	Zumba

Jueves	
9:15-10:10	Gimnasia suave
10:15-11:10	Body fit
10:15-11:15	Marcha nórdica
14:30-15:25	Spinning
17:00-17:55	Gimnasia activa
18:00-18:55	Insanity
18:30-19:10	Aqua música
19:00-19:55	Spinning Eus E
19:00-19:55	Step medio
19:30-20:25	Kropp 3D
20:00-20:55	Body Fit
20:00-20:55	Spinning

Viernes	
9:30-10:25	Aerotono
10:15-11:10	Spinning
10:45-11:30	Aquagim
19:00-19:55	Spinning virtual
19:15-20:10	Zumba

Sábado	
10:15-11:10	Spinning
18:00-18:55	Spinning virtual

Domingo	
10:30-11:30	Spinning virtual

© Castellano

E Euskera

	Descripción	20-60 años	16-19 y +61 años
Gim + Kropp 3D	Gimnasio + Kropp 3D	15,45€	12,37€
Actividades*	Solo actividades (más de 14 años)	20,20€	15,15€
Gim + Actividades	Gimnasio + Actividades	21,72€	16,16€
No abonado/a	Solo actividades	36,36€	29,29€

*Esta cuota no tiene acceso al Kropp 3D al realizarse en el gimnasio.

2. ENTRENAMIENTOS PERSONALES, EN GRUPOS REDUCIDOS Y ELECTRO-ESTIMULACIÓN MUSCULAR

Presentamos nuestro servicio de entrenamientos personales para todas las personas que quieran mejorar sus hábitos deportivos y alimenticios. Entrenamientos individuales, en pareja o en grupos reducidos.

Forma tu grupo de trabajo y, dirigido por nuestro entrenador, progresa en tus objetivos, utilizando todos nuestros recursos materiales y personales.

El **entrenamiento E.E.M. (Electro Estimulación Muscular)** consigue, en 20 minutos a la semana, los mismos resultados que con cualquier otro entrenamiento convencional tres días a la semana. En cada sesión se trabajan más de 300 músculos a la vez, por lo que la efectividad y la consecución de objetivos están garantizadas.

Con nuestro programa tendrás un entrenador personal para ti, que estará a tu lado y te acompañará durante todo el entrenamiento.

Más información: personalizada con el coordinador del programa.

3. RANKING DE PÁDEL: CATEGORÍA MASCULINA Y CATEGORÍA MIXTA

Continuamos con la competición de pádel e incorporamos un nuevo grupo para parejas mixtas. Competición de octubre a junio. Se juegan 2 partidos al mes, por una cuota de 6,25€/mes por cada participante.

4. CURSOS DEPORTIVOS BERRIKILAN PARA PERSONAS ADULTAS

Natación

Día	Horario	Mes y Abono Deporte	Abonado/a	No abonado/a
Mañana Lunes y miércoles	11:30 a 12:15	167€	222€	321€
Tarde Lunes y miércoles	19:00 a 19:45	167€	222€	321€
Avanzado Lunes y miércoles	19:45 a 20:30	167€	222€	321€

Pilates

Día	Horario	Mes y Abono Deporte	Abonado/a	No abonado/a
1 Martes y jueves	9:15 a 10:10	113€	226€	346€
2 Martes y jueves	18:00 a 18:55	113€	226€	346€
3 Martes y jueves	19:00 a 19:55	113€	226€	346€

Hipopresivos

Día	Horario	Mes y Abono Deporte	Abonado/a	No abonado/a
Martes	11:30 a 12:00	120€	150€	200€
Martes	17:30 a 18:00	120€	150€	200€

Taekwondo
+16 años

Día	Horario	Mes y Abono Deporte	Abonado/a	No abonado/a
Martes y jueves	21:00 a 22:00	111€	148€	220€

Karate
+14 años

Día	Horario	Mes y Abono Deporte	Abonado/a	No abonado/a
Lunes y miércoles	21:00 a 22:00	125€	166€	246€

Padel

Día	Horario	Mes y Abono Deporte	Abonado/a	No abonado/a
Lunes	20:00 a 21:00	212€	244€	312€
Viernes	18:00 a 19:00	212€	244€	312€
Avanzado Viernes	19:00 a 20:00	212€	244€	312€

Escalada

NUEVO !

Día	Horario	Mes y Abono Deporte	Abonado/a	No abonado/a
Lunes y viernes	19:30 a 20:30	160€	200€	240€
1 día Lunes o viernes	20:30 a 21:30	80€	100€	120€

Aprende a desplazarte por el rocódromo y empieza a hacer salidas a la roca.

Bailes latinos

Día	Horario	Mes y Abono Deporte	Abonado/a	No abonado/a
Lunes	20:30 a 22:00	160€	200€	240€

Boxeo y kick boxing

Día	Horario	Mes y Abono Deporte	Abonado/a	No abonado/a
Martes y jueves	10:30 a 12:00	35€/mes	40€/mes	45€/mes
Martes y jueves	20:00 a 21:30	35€/mes	40€/mes	45€/mes

NUEVO !

Clases de boxeo y kick boxing en la misma clase de la mano de Marcelo Ferreira y el "Ferreira Box Club".

5. PROMOCION ACTIVIDADES FÍSICAS PERSONAS ADULTAS

Actividades impulsadas por el Ayuntamiento de Berriozar y Berrikilan y subvencionadas por el Ayuntamiento de Berriozar y el Gobierno de Navarra (Departamentos de Salud y Medio Ambiente: Agenda 21).

Actividad física para mujeres embarazadas

Día	Horario	Abonado/a	No abonado/a	No empadronado/a
Día y horario a determinar una vez que se forme grupo suficiente		40€/mes	45€/mes	60€/mes

A partir de la semana 12 la actividad acuática es buena para el desarrollo del embarazo, adaptando los ejercicios a sus necesidades. Ejercicios basados en el método Pilates y la actividad aeróbica serán la base de un embarazo activo.

Yoga personas adultas

Día	Horario	Abonado/a	No abonado/a	No empadronado/a
Mañana Martes y jueves	11:00 a 12:15	190€	210€	260€
Tarde Martes y jueves	20:30 a 21:45	190€	210€	260€
Tarde Lunes	20:30 a 22:00	130€	150€	200€
Tarde Miércoles	20:30 a 22:00	130€	150€	200€

Multiactividad para mujeres sin hábitos deportivos

Día	Horario
Miércoles	10:30 a 11:30
Viernes	11:15 a 12:15

Miércoles zumba y los viernes TRX, aquagim, tonificación y estiramientos.

Tasas según Renta:

Multiactividad para mujeres sin hábitos deportivos (2 sesiones)

RPC	<5000	5001-8000	8001-10000	10001-15000	15001-20000	>20001
Empadronado/a	60€	70€	80€	90€	100€	120€
Abonado/a	50€	60€	70€	80€	90€	100€
No empadronado/a	150€	160€	180€	200€	220€	250€

6. CURSOS DEPORTIVOS INFANTILES BERRIKILAN

Estimulación acuática bebés

Grupo	Meses	Nivel	Días	Horario
B1	3-12	Estim. acuática	Lunes y miércoles	12:15-12:45
B2	12-24	Estim. acuática	Lunes y miércoles	12:45-13:15
B3	3-12	Estim. acuática	Martes y jueves	16:30-17:00
B4	12-24	Estim. acuática	Martes y jueves	17:00-17:30
B5	24-36	Estim. acuática	Martes y jueves	17:30-18:00
B6	36-48	Estim. acuática	Martes y jueves	18:00-18:30
Abonado/a	247€	No abonado/a	362€	

Natación infantil castellano

Grupo	Año	Edades	Nivel	Días	Horario
© C1	2015	3	Ini	Lunes	17:15-18:00
© C2	2015	3	Ini	Lunes y miércoles	18:00-18:30
© C3	2014-2013	4 y 5	Ini	Miércoles	17:15-18:00
© C4	2014-2013	4 y 5	Av 1	Miércoles	17:15-18:00
© C5	2014-2013	4 y 5	Av 2	Miércoles	16:30-17:15
© C6	2012-2011	6 y 7	Av 1	Lunes	18:30-19:15
© C7	2012-2011	6 y 7	Av 2	Miércoles	18:30-19:15
© C8	2012-2011	6 y 7	Av 3	Lunes	18:45-19:30
© C9	2012-2011	6 y 7	Perf	Miércoles	18:00-18:45
© C10	2010-2008	8 a 10	Perf	Martes	18:15-19:00
© C11	2010-2008	8 a 10	Perf	Miércoles	18:45-19:30
© C12	2010-2006	8 a 12	Av 2	Martes	19:00-19:45
© C13	2004-2007	11 a 14	Perf	Jueves	19:00-19:45
Abonado/a	1 día: 164€ / 2 días: 222€		No abonado/a	1 día: 263€ / 2 días: 321€	

Natación infantil euskera

Grupo	Año	Edades	Nivel	Días	Horario
© E1	2015	3	Ini	Miércoles	16:30-17:15
© E2	2015	3	Ini	Martes y jueves	17:15-17:45
© E3	2014-2013	4 y 5	Ini	Lunes	17:15-18:00
© E4	2014-2013	4 y 5	Av 1	Lunes	17:15-18:00
© E5	2014-2013	4 y 5	Av 1	Miércoles	18:00-18:45
© E6	2014-2013	4 y 5	Av 2	Martes y jueves	17:15-17:45
© E7	2014-2013	4 y 5	Av 2	Lunes	18:00-18:45
© E8	2014-2013	4 y 5	Av 2	Miércoles	18:45-19:30
© E9	2014-2013	4 y 5	Av 3	Miércoles	17:15-18:00
© E10	2012-2011	6 y 7	Av 3	Lunes	18:00-18:45
© E11	2012-2011	6 y 7	Av 3	Miércoles	17:45-18:30
© E12	2012-2011	6 y 7	Av 3	Martes y jueves	17:45-18:15
© E13	2012-2011	6 y 7	Perf	Jueves	18:15-19:00
© E14	2010-2008	8 a 10	Perf	Lunes	18:45-19:30
© E15	2010-2008	8 a 10	Perf	Jueves	17:45-18:30
Abonado/a	1 día: 164€ / 2 días: 222€		No abonado/a	1 día: 263€ / 2 días: 321€	

© Castellano

© Euskera

Taekwondo

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	No abonado/a
Alevín-Infantil 6-10 años	Miércoles y viernes	16:30 a 17:30 17:30 a 18:30	148€	220€
Alevín 6-8 años	Martes y jueves	18:00 a 19:00	148€	220€
Infantil 9-10 años	Martes y jueves	19:00 a 20:00	148€	220€
Cadete 11-13 años	Martes y jueves	20:00 a 21:00	148€	220€
Junior 14-16 años	Martes y jueves	21:00 a 22:00	148€	220€

Karate

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	No abonado/a
6-8 años	Lunes y miércoles	18:00 a 19:00	148€	220€
9-13 años	Lunes y miércoles	19:00 a 20:00	148€	220€

Pádel

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	No abonado/a
Infantil	Miércoles	16:00 a 17:00	196€	252€
Infantil avanzado	Lunes	18:00 a 19:00	196€	252€
Infantil avanzado	Miércoles	17:00 a 18:00	196€	252€
Juvenil	Miércoles	18:00 a 19:00	196€	252€
Juvenil	Viernes	17:00 a 18:00	196€	252€
Juvenil avanzado	Lunes	19:00 a 20:00	196€	252€

Cursos de 1 hora semanal.

Solicitud de cursos intensivos semanales u otros horarios en hoja de inscripción.

Los grupos se organizarán según niveles y a criterio del monitor o monitora.

Iniciación y avanzado.

Edad infantil 8-13 años y juvenil 14-19 años.

Criterios de adjudicación de plaza: preferencia para antiguos participantes y abonados de la instalación.

Zumba

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	No abonado/a
12-14 años	Viernes	16:15 a 17:10	92€	138€
9-11 años	Viernes	17:15 a 18:10	92€	138€
8-10 años	Viernes	18:15 a 19:10	92€	138€

7. PROMOCIÓN ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES

Actividades subvencionadas e impulsadas por el Ayuntamiento de Berriozar.

	Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadronado/a	No empadronado/a
Escalada	Ⓒ Castellano 6-12 años	Lunes	17:30 a 18:30	75€	100€	130€
	Juvenil 13-18 años	Lunes	16:30 a 17:30	75€	100€	130€
	Ⓔ Euskera 8-12 años	Lunes	18:30 a 19:30	75€	100€	130€
	Ⓔ Euskera 6-7 años	Viernes	17:30 a 18:30	75€	100€	130€
	Ⓔ Euskera 4-5 años	Viernes	18:30 a 19:30	75€	100€	130€
Multideporte	Ⓒ Castellano 4-6 años	Miércoles	16:00 a 17:00	75€	100€	130€
	Ⓔ Euskera 4-6 años	Miércoles	17:00 a 18:00	75€	100€	130€
Yoga	Ⓔ Euskera 4-5 años	Miércoles	15:50 a 16:35	75€	100€	130€
	Ⓒ Castellano 6-8 años	Miércoles	16:40 a 17:25	75€	100€	130€
	Ⓒ Castellano 9-12 años	Miércoles	17:30 a 18:30	75€	100€	130€
Tenis de mesa	5-6 años	Martes y jueves	17:30 a 18:30	75€	100€	130€
	7-8 años	Martes y jueves	18:30 a 19:30	75€	100€	130€

Ⓒ Castellano
Ⓔ Euskera

Actividad física para personas con diversidad funcional: natación y psicomotricidad

Sesiones individuales y personalizadas de intervención acuática que intentan conseguir la autonomía del sujeto en la piscina y fomentar una mejora de la motricidad y, por tanto, la mejora de su día a día.

Se abarca todo tipo de discapacidades, tanto físicas como cognitivas, y en todos los rangos de edad y grado de discapacidad. **Más información:** personalizada con el coordinador del programa.

	Abonado/a	Empadronado/a - No empadronado/a
Natación adaptada 30' / 45'	35€ mes / 54€ mes	44,50€ mes / 68,50€ mes
Psicomotricidad adaptada grupo	44€	44€

8. ACTIVIDADES CON CLUBS LOCALES

Escuela de pelota (BKE)

Contacto:
Iker
638 925 012

	Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadronado/a	No empadronado/a
E	6-7 años	Martes y jueves	18:00 a 19:00	100€	150€	250€
E	8-12 años	Martes y jueves	17:00 a 18:00	100€	150€	250€
E	+12 años sin tacos	Martes y jueves	16:00 a 17:00	100€	150€	250€
E	+12 años con tacos	Martes y jueves	19:00 a 20:00	100€	150€	250€

Inicio pelota: 18 de septiembre. Reunión 1.º día (martes).

Natación competición (MKE)

Contacto:
Joselu Romero
605 850 675

	Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadronado/a	No empadronado/a
	Mendialdea K.E.	Lunes y miércoles	19:15 a 21:15	220€	230€	240€
	Mendialdea K.E.	Sábados	10:00 a 12:00	220€	230€	240€

Cursos de natación sincronizada

Contacto:
sinkroberriozar@gmail.com

	Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadronado/a	No empadronado/a
	Iniciación 10-14 años	Viernes	18:30 a 20:00	130€	150€	180€
	Infantil 12-14 años	Martes y jueves	16:00 a 17:30	260€	280€	300€
	Competición 10-11 años	Martes y jueves	17:30 a 19:00	260€	280€	300€

Taekwondo competición (MKE)

Contacto:
David García Ros
taekwondo@unav.es

	Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadronado/a	No empadronado/a
	Combate	Lunes	18:15 a 19:45	110€	110€	110€
	Combate	Miércoles	17:30 a 19:00	110€	110€	110€
	Combate	Miércoles	19:00 a 20:00	110€	110€	110€

Gimnasia rítmica (MKE)

Contacto:
Vázquez
646 244 389

	Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadronado/a	No empadronado/a
	5-7 años	Martes y jueves	17:00 a 18:00	110€	160€	250€
	8-10 años	Martes y jueves	18:00 a 19:00	110€	160€	250€
	11-18 años	Martes y jueves	18:30 a 19:30	110€	160€	250€

Lugar: Instituto.

A partir de estos horarios, se formarán los grupos de competición, con distinto horario, a criterio de las monitoras.

**Judo
(CJB)**

Contacto:
Pedro
948 30 20 33

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadro- nado/a	No empa- dronado/a
6-9 años	Lunes y miércoles	16:40 a 17:40 15:30 a 16:30	100€	150€	250€
10-14 años	Martes y jueves	16:40 a 17:40	100€	150€	250€

Yoseikanbudo

Contacto:
Carlos Iñigo
674 056 191

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadro- nado/a	No empa- dronado/a
E 4-6 años	Viernes	17:30 a 18:30	190€	190€	190€
E 7-12 años	Viernes	18:30 a 19:30	190€	190€	190€

Futbito (BFC)
Equipos nuevos:
previsión próxima
temporada

(sujeto a los mínimos
cambios posibles)
6 años (2012)
12 por grupo

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadro- nado/a	No empa- dronado/a
E Benjamin I mixto	Martes y viernes	17:00 a 18:00	100€	150€	250€
C Benjamin J mixto	Martes y viernes	17:00 a 18:00	100€	150€	250€

Calendarios según competición, festivos según calendarios: Navidades, Semana Santa...

**Herri kirolak
(BKE)**

Adultos/as: +16
Alevines: 2005-06-07
Infantiles: 2003-04
Cadetes: 2001-02

Contacto:
Oier
626 710 234

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadro- nado/a	No empa- dronado/a
Soka masculino	L, M y J	19:30 Polideportivo	150€	200€	250€
Soka femenina	L, M y J	19:30 Polideportivo	150€	200€	250€
Combinada masculino	M y J	19:30 Frontón escuelas	150€	200€	250€
Alevines	V	16:00 a 18:00 Polideportivo y frontón	100€	150€	250€
Infantiles	V	16:00 a 18:00 Polideportivo y frontón	100€	150€	250€
Cadetes	V	16:00 a 18:00 Polideportivo y frontón	100€	150€	250€

**Cesta punta
(EJA)**

Contacto:
Xabi
665 759 006
euskaljalalal@gmail.com

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadro- nado/a	No empa- dronado/a
Cestapunta 1 y frontenis masc. y fem. 8-12 años	Lunes y miércoles	17:00 a 19:00	80€	80€	80€
Cestapunta 2 +13 años	Lunes y miércoles	19:00 a 20:00	100€	100€	100€

Inscripción: todo el año, preferente antes del 15 de septiembre. Telefónicamente o en euskaljalalal@gmail.com.

**Ajedrez
(MKE)**

Contacto:
Alfredo
699 121 300

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadro- nado/a	No empa- dronado/a
Iniciación	Miércoles Viernes	16:00 a 17:00 18:00 a 19:00	60€	90€	130€
Avanzado	Miércoles Viernes	17:00 a 18:00 19:00 a 20:00	60€	90€	130€

Todas las edades.

Lugar: Antiguo Gaztetxe, Artekale, 6.

Atletismo (BKE)

Contacto
atletismo adultos/as:
Felipe
676 031 194
Contacto
escuela de atletismo:
Félix
669 024 798

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadronado/a	No empadronado/a
Atletismo mixto +16 años	Martes y jueves	19:00 Polideportivo	150€	200€	250€
Escuela: benjamín					
2009-2010	Martes	18:00-19:00 ⁽¹⁾	100€	150€	250€
2010-2011	Viernes	18:30-19:30 ⁽²⁾	100€	150€	250€
Escuela: alevín					
2007-2008	Martes	18:00-19:00 ⁽¹⁾	100€	150€	250€
2008-2009	Viernes	18:30-19:30 ⁽²⁾	100€	150€	250€
Escuela: infantil					
2005-2006	Martes	18:00-19:00 ⁽¹⁾	100€	150€	250€
2006-2007	Viernes	18:30-19:30 ⁽²⁾	100€	150€	250€
Escuela: cadete					
2003-2004	Martes	18:00-19:00 ⁽¹⁾	100€	150€	250€
2004-2005	Viernes	18:30-19:30 ⁽²⁾	100€	150€	250€

⁽¹⁾ Polideportivo - ⁽²⁾ Instituto

Baloncesto (MKE)

Benjamín: 2008-09-10
Premini: 2008
Minibasquet: 2007
Preinfantil: 2006
Infantil: 2005-06
Cadete: 2003-04
Contacto:
Vázquez
646 244 389

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadronado/a	No empadronado/a
Benjamín masc y fem	Lunes y jueves		110€	160€	250€
Premini masc y fem	Lunes y jueves		110€	160€	250€
Minibasquet masc y fem	Lunes y jueves		110€	160€	250€
Preinfantil masc y fem	Lunes y jueves		110€	160€	250€
Infantil masc y fem	Lunes y jueves		110€	160€	250€
Cadete masc y fem	Lunes y jueves		110€	160€	250€

Trail (BKE)

Contacto:
609 754 112

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadronado/a	No empadronado/a
Adultos +16	Domingo	9:00	30€/año	30€/año	30€/año

Voleibol (Navarvoley)

Infantiles: 2005-06
Cadetes: 2003-04
Juveniles: 2000-02
Seniors: ≤1999
Contacto:
Juan
669 548 028
Idoia
620 536 109
navarvoley@yahoo.es

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadronado/a	No empadronado/a
Infantiles	Martes y jueves	19:00 a 20:00	130€/año	130€/año	130€/año
Cadetes	Martes y jueves	19:00 a 20:00	130€/año	130€/año	130€/año
Juveniles	Martes y jueves	19:00 a 20:00	130€/año	130€/año	130€/año
Seniors	Martes y jueves	20:00 a 22:00	Consultar	Consultar	Consultar

Inscripción: solo si hay plazas, del 3 al 7 de septiembre. Consultar disponibilidad. Telefónicamente o mediante correo electrónico.

Patinaje urbano (San Antonio SD)

Contacto:
Manu
650 256 527

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadronado/a	No empadronado/a
Iniciación 4-8 años	Lunes y martes	18:00 a 19:00 Gimnasio escolar	110€	160€	250€
Medio/Avanzado	Lunes y martes	19:00 a 20:00 Frontón escolar	110€	160€	250€
Familiar Madres/ padres e hijos/as	Sábado	9:00 a 11:00 Frontón escolar	110€ ⁽¹⁾	160€ ⁽¹⁾	250€ ⁽¹⁾

⁽¹⁾ Niños/as inscritos en el resto de actividades de patinaje tienen acceso gratuito a esta modalidad. Precio padres/madres (familiares): igual que txikis.

Patinaje competición (San Antonio SD)

Contacto:
616 492 051
sanantoniopatinaje
@outlook.es

Grupos	Días	Horario	Abonado/a	Empadronado/a	No empadronado/a
1	Martes	18:00 a 19:00 Frontón escolar	110€	160€	250€
2	Miércoles	16:30 a 18:00 Frontón escolar ⁽¹⁾	110€	160€	250€
3	Viernes	17:30 a 19:00 Frontón escolar	110€	160€	250€

⁽¹⁾ Miércoles algunos días en Lagunak.

INFORMACIÓN AYUNTAMIENTO DE JUSLAPEÑA

Los Ayuntamientos de Berriozar y Juslapeña han firmado un convenio de colaboración para el año 2018 donde se ponen en común actividades de servicios como deporte, cultura, actividades para personas mayores y acceso a las instalaciones deportivas de Berriozar.

Ámbitos del convenio:

1. Escuelas Deportivas Municipales.
2. Actividades Culturales Municipales.
3. Programa Personas Mayores.
4. Acceso instalaciones: Berrikilan.

Para mayor información de actividades:

Actividades Cultura: Fermín 948 30 16 56 - cultura@berriozar.es.
Actividades Deportes y Bienestar Social: Josu 948 30 16 36 - deportes@berriozar.es.
Piscinas: Berrikilan Oscar 948 30 17 19 - poliberriozar@berrikilan.es.

ACTIVIDADES EN JUSLAPEÑA

Pilates

Los viernes de 18:00 a 19:00 horas en la sociedad Xulapain (Belzunce).

Contacto: Mentxu 636 565 567.

Ludoteca

Para niños y niñas de entre 3 y 12 años.
Verano, la primera septiembre, en Navidad,
Semana Blanca y Semana Santa.



Ayuntamiento de Juslapeña

C/ San Miguel, 1
31193 Marcalain (Navarra)
Tel. 948 30 20 55
aytojusla@gmail.com