

**BERRIOZARKO
KIROLDEGIA**

**KIROL
JARDUERAK**

OSASUNA

**JARDUERA
FISIKOA**



INSTALAZIOAK, ZERBITZUAK ETA KIROL-JARDUERA

IGERILEKU ESTALIA ETA JACUZZIA, KANPOKO IGERILEKUAK, KIROLDEGIA, ERABILERA ANITZEKO KANPOKO PISTA, FUTBOL ZELAIA, GIMNASIOA, JARDUERETARAKO 3 ARETO, SPINNINGERAKO ARETOA, PILOTALEKUA, PILOTALEKU TXIKIA, MAHAI TENISERAKO ARETOA, PADDLERAKO 2 ZELAI, SAUNAK, SOLARIUMA, BERDEGUNEA, ASKALTEGIAK, ERRETEGIAK ETA TABERNA-JATETXEA

FISIOTERAPIA, OSTEOPATIA, DIETETIKA ETA ESTETIKA ZERBITZU PERTSONALIZATUTAK

URTEKO, HILEKO ETA UDAKO ABONAMENDUAK

ABONAMENDU MOTA	URTEKOA	HILEKOA	UDAKOA
BERRIOZARREN ERROLDATUAK			
MATRIKULA +61	76,25 €	37,50 €	60,60 €
HILEKO KUOTA +61	12,37 €		
MATRIKULA 20-60	127,75 €	52,50 €	96,45 €
HILEKO KUOTA 20-60	20,60 €		
MATRIKULA 14-19	102,00 €	45,45 €	77,75 €
HILEKO KUOTA 14-19	16,46 €		
MATRIKULA 5-13	76,25 €	37,60 €	60,60 €
HILEKO KUOTA 5-13	12,37 €		
0-4 URTE	0,00 €	7,50 €	12,25 €
BERRIOZARREN LAN EGITEN DUTENAK			
MATRIKULA +61	84,35 €	40,40 €	66,90 €
HILEKO KUOTA +61	14,34 €		
MATRIKULA 20-60	140,90 €	54,50 €	107,30 €
HILEKO KUOTA 20-60	22,78 €		
MATRIKULA 14-19	112,10 €	49,50 €	87,20 €
HILEKO KUOTA 14-19	18,23 €		
BERRIOZARREN ERROLDATU GABEAK			
MATRIKULA +61	88,40 €	43,50 €	70,20 €
HILEKO KUOTA +61	14,34 €		
MATRIKULA 20-60	148,50 €	54,50 €	111,60 €
HILEKO KUOTA 20-60	23,79 €		
MATRIKULA 14-19	118,70 €	51,25 €	90,40 €
HILEKO KUOTA 14-19	19,04 €		
MATRIKULA 5-13	88,40 €	43,50 €	70,20 €
HILEKO KUOTA 5-13	14,34 €		
0-4 URTE	0,00 €	12,10 €	15,65 €

*Deskontuak bikotearengatik, %20; 3.kidea, %25; eta 4.kidea eta hurrengoak, %30, kuota eta matrikula guztietan.

**Elbarrak: 61 urtetik gorakoek duten tarifa bera.

BESTE KUOTA BATZUK	30 egun natural	Urte bat	Barne hartzen du hauetako sarbidea
Hilabetea + "K.A."	54.50€	44,50€/h.	Igerilekuak, gimnasioa eta jarduerak
Hilabetea + "GIM"	46€	36€/ h.	Igerilekuak eta gimnasioa



BESTE ZERBITZU BATZUK

ABONAMENDU MOTA	URTEK OA	KIROL ABONAMENDUA	KIROLARE N HILABETEA	HILEKOA	UDAKOA	ABONATU GABEAK
PILOTALEKUA	6,50 €	3,50 €		6,50 €		14,00 €
PILOTALEKUA, ARGIA				4,50 €		
PADEL ZELAIA	9,00 €	7,00 €		9,00 €		14,00 €
PADEL ZELAIA, ARGIA				1,50 €		
PILOTALEKU TXIKIA			GRATUITO			3,50 €
KIROLDEGIA	21,25 €	9,50 € (MENORES DE 18 AÑOS)				38,80 €
KANPOKO PISTA		7,00 €				13,00 €
<i>KIROLDEGIA ETA PISTA, ARGIA</i>				4,50 €		
8nako FUTBOLEKO ZELAIA (argiarekin)		30,90€ (44,45€)				62,85€(76,25€)
11nako FUTBOLEKO ZELAIA (argiarekin)		44,45€ (62,85€)				125€(143€)
SAUNA		0,50 €				
SOLARIUMA (10 min saioa)		7,50 €				
SOLARIUMeko 10 SAIOKO ABONAMENDUA		65,00 €				
ESKALADA-MURRUA, urtekoa, txikientzat		25,75 € ABONATUAK		30,90€ ERROLDATUAK		41,20€
EGUNEROKO SARRERA TXIKIENTZAT		1.55€				2.55€
ESKALADA-MURRUA, urtekoa, helduentzat		51,50 € ABONATUAK		61,80€ ERROLDATUAK		82,40€
EGUNEROKO SARRERA HELDUENTZAT		3.10€				5.10€
BOTXATEGI		1€ ABONATUAK		3€ ERROLDATUAK		5,00 €
ARMAIRU PERTSONALA		2,90 €				
EGUNEKO SARRERAK		ASTEGUNA		JAIEGUNA		5 SARRERA
61 URTETIK GORA		5,50€		7€		22€
HELDUAK 20-60		10,50€		13,75€		42€
GAZTEAK 14-19		8,00€		10,50€		32€
HAURRAK 5-13		5,50€		7€		22€
HAURRAK 3-4		3,10€		3,75€		12€



BERRIOZARKO KIROLDEGIKO JARDUERAK

IZENA EMATEKO EGUNAK

“KIROL ABONAMENDUA” programa, entrenamendu pertsonalak eta talde txikietan eta padel ranking-a: URTEKO EDOZEIN EGUNETAN

Ikastaroak eta haurrentzako eta helduentzako jarduera fisikoak sustatzea urritik maiatzera:

IRAILAREN 11ETIK 17RA

11:00ETATIK 14:00ETARA ETA 17:00ETATIK 19:00ETARA

ESKABIDEAK BILTZEA:

Kiroldegian bertan eta gure blogean, www.polideportivoberriozar.es

Adierazitako egunetik aurrera, kiroldegiko harreraren izena eman ahal izango da edo helbide elektronikoa honetara mezua bidalita: info@berrikilan.es

KIROL ABONAMENDUA:

IZENA EMATEKO SISTEMA:

Epearen barnean jasotako eskaera guztiei erantzun zuzena, baina, beharrezkoa bada, plaza-ematea zozketa bidez egingo da. Edozein ikastarotan, bertako klub baten bidez federatutako ikasleek plaza gordeta izango dute aurretik. Euskaraz egiten diren haurrentzako ikastaroak jada euskaraz hitz egiten badakiten haurrentzat dira. Jarduera federatuetan, klubek lehentasuna markatzen dute aurreko denboraldietako kirolarien gainean.

ONARTUEN ZERRENDAK, TALDE BERRIAK ETA ITXARON-ZERRENDAK:

irailaren 19tik aurrera, kiroldegiko informazio-oholean kaleratuko dira. Ez da informaziorik emango telefonoz.

ORDAINTZEKO ERA:

Ordainketa bi kuotatan egiten da (prezioaren erdia bakoitzean), azaroan eta otsailean. Bigarren lauhilekorako baja eman nahi bada, abenduaren 31 baino lehen jakinarazi behar da. Bigarren lauhilekorako izen-ematea urtarrilean egin behar da.

Urtean zehar, izen-emate berri guztiek egin beharreko jardueraren zati proportzionala ordainduko dute. Ordainketa bankuko helbideratzearen edo ordainketa-txartelaren bidez egingo da. Behin kobrantza eginda, ez da itzulketarik egingo inola ere.

PLAZAK BANATZEA ABONATU ETA ERROLDATUENTZAT:

Kirol ikastaroetan, instalazioetara abonatuak izango dute lehentasuna. Sustatzeko ikastaroetan, abonatuak eta erroldatuak edukiko dute lehentasuna.

JARDUEREN EGUTEGIA:

Jarduera guztiak –kirol abonamendua izan ezik, urtekoa baita– urriaren 1etik maiatzaren 31 bitartekoak izango dira.

JARDUERAK KIROLDEGIAN:

Jardueretan parte hartzen duten pertsonak baino ezin dira sartu kirol gunetan, eta, beraz, haiekin doazen laguntzaileak EZIN DIRA sartu.

Jarduerak egin bitartean, komenigarria da armairuak erabiltzea. Udalak/Berrikilanez ez du ardurarik hartuko bere gain, gal daitezkeen objektu pertsonalengatik.

Kirol jardueretan izena eman dutenei aurretik osasun-kirol azterketa bat egiteko gomendatu nahi diegu. Are gehiago, Udalak/Berrikilanez bere egiten du komenigarri jotzen badu azterketa hori exijitzeko eskubidea. Jarduera hauetan parte hartzea borondatezkoa da. Parte-hartzaile bakoitzak bere aseguruaren bidez estaliko ditu jarduera egin bitartean gerta litezkeen istripuak edo egin daitezkeen minak. Horrenbestez, Udalak/Berrikilanez ez du bere gain hartuko horrek eragiten duen gastua.

URTEKO KIROL-JARDUERAK ETA URRITIK MAITZERAKO IKASTAROAK

01

"KIROL ABONAMENDUA" PROGRAMA

02

ENTRENAMENDU PERTSONALAK, TALDE TXIKIETAN ETA GIHARRETAKO ELEKTRO-ESTIMULAZIOA

03

PADDLE RANKINGA: GIZONEN KATEGORIA ETA KATEGORIA MISTOA

04

KIROL IKASTAROAK, BERRIKILAN. HELDUAK

05

HELDUENTZAKO JARDUERA FISIKOAK SUSTATZEA

06

HAURRENTZAKO KIROL IKASTAROAK. BERRIKILAN

07

UDALAREN KIROL ESKOLAK SUSTATZEA

¡DENBORALDIKO BERRIKUNTZAK GAZTEENENTZAT!

KIROL-KOORDINAZIO BISUALEKO ENTRENAMENDUA (S.V.T.A.)

S.V.T.A. metodoak (Sport Science Vision Training Academy) kiro-errendimendua bultzatzen du, bisioa eta mugimendua barne hartzearen bidez. Gomendagarria da oinarrizko kirolerako eta bai goi-errendimenduko kirolerako ere, hauek lantzen baitira::

- Arreta-gaitasun etengabea eta selektiboa
- Koordinazio biso-motorra
- Distantzien gaineko kontzientzia
- Finkatze bisuala kirolean, nagusia eta periferikoa
- Aurreratze motorra



01 PROGRAMA ABONO DEPORTE

ASTELEHENA		ASTEARTEA		ASTEAZKENA	
9,30-10,25 10,45-11,30	AEROTONOA AQUAGIMA	9,15-10,10 10,15-11,10 10,15-11,10 11,30-12,25	ARIKETA ARINA SPINNING STEPA IPAR MARTXA	9,30-10,25 10,30-11,25 10,45-11,25	AEROTONOA ZUMBA AQUAGIMA
17,00-17,55 18,00-18,55 18,00-18,55 18,30-19,25 19,00-19,45 19,30-20,25	SOINKETA AKTIBOA LUZAKETAK IPAR MARTXA SPINNING TRX SPINNING	14,30-15,25	SPINNING	17,00-17,55	LUZAKETAK
20,00-20,30 20,35-21,30	TONO 30´ ZUMBA	18,00-18,55 18,30-19,10	AEROBIKA/STEPA AQUA MUSIKA	18,15-19,00 18,30-19,25 19,00-19,55 19,30-20,25	TRX SPINNING STEPA SPINNING
		19,00-19,55 19,00-19,55	SPINNING EUSK. INSANITY	20,00-20,30 20,35-21,30	TONO 30´ ZUMBA
		20,00-20,55 20,00-20,55	BODYFIT SPINNING		
OSTEGUNA		OSTIRALA		LARUNBATA	
9,15-10,10 10,15-11,10	ARIKETA ARINA BODY-TONOA	9,30-10,25 10,15-11,10 10,45-11,30	AEROTONOA SPINNING AQUAGIMA	10,15-11,10	SPINNING
14,30-15,25	SPINNING			18,00-18,55	SPIN BIRTUALA
17,00-17,55 18,00-18,55 18,30-19,10	SOINK. AKTIBOA INSANITY AQUA MÚSIKA				IGANDEA
19,00-19,55 19,00-19,55	STEPA SPINNING EUSK.	19,00-19,55	INDAR ZIRKUITOA	10.30-11.25	SPIN BIRTUALA
20,00-20,55 20,00-20,55	BODY FITA SPINNING	19,00-19,55 20,00-20,55	SPIN BIRTUALA SPIN BIRTUALA		

KUOTA	DESKRIBAPENA	20-60	16-19 /+ 61
GIM+KROPP 3DA	GIMNASIOA + KROPP 3DA	15,45 €	12,37 €
JARDUERAK*	JARDUERAK BAINO EZ (14 urtetik gora)	20,20 €	15,15 €
GIM+JARDUERAK	GIMNASIOA + JARDUERAK	21,72 €	16,16 €
ABONATU GABEA	JARDUERAK BAINO EZ	36,36 €	29,29 €

Kuota honek ez du sarbidea ematen Kropp 3Dra, gimnasioan egitean

OHARRA: Jardueran baja ematea gauden hilabetea amaitu aurretik egin beharko da.



02 ENTRENAMENDU PERTSONALAK, TALDE TXIKIETAN ETA GIHARRETAKO ELEKTRO-ESTIMULAZIOA

Entrenamendu pertsonalen gure zerbitzua aurkezten dugu, kirol eta elikadura arloko ohiturak hobetu nahi dituzten pertsona guztientzat.

Eratu zure lantaldea, eta gure entrenatzaileak zuzenduta, egin aurrera zure helburuetan, gure baliabide material eta pertsonal guztiak erabiltzen.

Gure programarekin, entrenatzaile pertsonala izango duzu zuretzat. Zure ondoan egongo da eta lagun egingo dizu entrenamendu osoan.

Informazio pertsonalizatua programaren koordinatzailearekin.

ENTRENAMENDUAK BANAKA,						
SAIO 1		3 HILABETE			ERRUTINAK DISEINATZEA	
25€		276€			40€	
TALDEKO ENTRENAMENDUEN TARIFAK						
43€		460€			58€	
ELEKTRO-ESTIMULAZIOKO TARIFAK (EMS)						
SAIO 1	5 SAIO	10 SAIO	20 SAIO	DENBORALDIKO ABONAMENDUA	JANTZIA ALOKATZEA	JANTZIA EROSTEA
25€	115€	210€	380€	780€	5€	25€

03 PADDLE RANKINGA: GIZONEN KATEGORIA ETA KATEGORIA MISTOA

Lehiaketa urritik ekainera. Hilabetean 2 partida jokatzeko dira.

Tasa: 6,50€/hilabete/pertsona.

04 KIROL IKASTAROAK, BERRIKILAN. HELDUAK

Igeriketa, pilatesa, hipopresiboak, taekwondo 16 urtetik gorakoentzat, karatea 14 urtetik gorakoentzat, paddlea, dantza latinoak, eskalada eta boxeoa-kick boxinga.

TALDEAK	JARDUERAK	EGUNAK	ORDUTEGIA	KIROLAREN HILABETE ETA "KIROL A."	ABONATUA	ABONATU GABEA
N1	IGERIKETA H.-A.	L-X	11.30-12.15	167€	222€	321€
N2	IGERIKETA H.		19.15-20			
N3	IGERIKETA A.		20-20.45			
P1	PILATESA 1	M-J	9.15-10.10	113€	226€	346€
P2	PILATESA 2		18-18.55			
P3	PILATESA 3		19-19.55			
H1	HIPOPRESIBOAK	M-V	11.30-12	120€	150€	200€
H2		M-J	20-20.30			
T4	TAEK +16	M-J	21-22	111€	148€	220€
K3	KARATE +14	L-X	20-21	125€	166€	246€
PA9	PADDLEA	MARTES	20-21	212€	244€	312€
PA10			21-22			
PA11		JUEVES	20-21			
PA12			21-22			
BL1	DANTZA LATINOAK	L-X	20.30-22	160€	200€	240€
ESK10	ESKALADA	LUNES	20.30-21.30	80€	100€	120€
ESK11		MARTES	20.30-21.30			
BK1	BOXEOA-KICK BOX.	M-J	10.30-12	35€/mes	40€/mes	45€/mes
			20-21.30			

05

HELDUENTZAKO JARDUERA FISIKOAK SUSTATZEA

Jarduera fisikoa haurdunentzat, multijarduera kirola egiteko ohiturarik ez duten emakumeentzat eta yoga. **Berriozarko udalak bultzatutako jarduerak**

5.1. Jarduera fisikoa haurdunentzat:

12. astetik aurrera, uretako jarduera ona da haurdunaldiaren garapenerako. Ariketak beharretara egokitzen dira. Pilates metodoan eta jarduera aerobikoan oinarritutako ariketak haurdunaldi aktibo baten oinarria izango dira. Eguna eta ordua talde nahikoa eratzen denean finkatuko dira.

5.2. Multijarduera kirola egiteko ohiturarik ez duten emakumeentzat:

Asteazkenetan zumba eta ostiraletan trxa, aquagima, bizkortzea eta luzaketak.

TALDEA	TALDEA	EGUNAK	ORDUTEGIA
MA1	GOIZEKOA	Az.-Ar.	10.30-11.30 / 11,15-12.15

5.3. Yoga helduentzat:

TALDEAK	TALDEA	EGUNAK	ORDUTEGIA
Y1	GOIZEKOA	As.-Og.	12:00-13:00
Y2	ARRATSALDEKOA	As.-Og.	20:30-21:45
Y3	ARRATSALDEKOA	Al.	20:30-22:00
Y4	ARRATSALDEKOA	Az.	20:30-22:00

JARDUERA	ABONATUA	ERROLDATUA	ERROLDATU GABEA
JARDUERA FISIKOA	40 €/hilabete	45 €/hilabete	60 €/hilabete
MULTIJARDUERA KIROLA EGITEKO	Errentaren arabera		
YOGA 2 EGUN	190 €	210 €	260 €
YOGA EGUN 1	130 €	150€	200 €

06

HAURRENTZAKO KIROL IKASTAROAK. BERRIKILAN

Igeriketa, taekwondo, karatea, paddlea, zumba, S.V.T.A. entrenamendua, eta yoseikanbudo.



6.1. IGERIKETA IKASTAROAK:

URETAKO ESTIMULAZIOA HAURTZOENTZAT				
TALDEAK	HILABETEA	MAILA	EGUNAK	ORDUTEGIA
B1	3-12 hilabete	URETAKO ESTIMULAZIOA	Al.-Az.	12,15-12,45
B2	12-24 hilabete			12,45-13,15
B3	3-12 hilabete		As.-Og.	16,30-17
B4	12-24 hilabete			17-17,30
B5	24-36 hilabete			17,30-18
B6	36-48 hilabete			18-18,30

HAURRENTZAT GAZTELANIAZ

TALDEAK	URTEAK	ADINA	MAILA	EGUNAK	ORDUTEGIAK
C1	2016	3	HASTAPENA	AZ.	17,30-18,15
C2	2015-2014	4-5	HASTAPENA	AZ.	18,15-19
C3	2015-2014	4-5	AURRERATUA 1	AL.	17,15-18
C4	2015-2014	4-5	AURRERATUA 1	AZ.	16,15-17
C5	2015-2014	4-5	AURRERATUA 2	AL.	18-18,45
C6	2015-2014	4-5	AURRERATUA 2	AZ.	17-17,45
C7	2015-2014	4-5	AURRERATUA 3	AL.	18,45-19,30
C8	2015-2014	4-5	AURRERATUA 3	AS.	18-18,45
C9	2013-2012	6-7	AURRERATUA 2	AZ.	17,45-18,30
C10	2013-2012	6-7	AURRERATUA 3	AS.	18,45-19,30
C11	2011-2009	8-10	HOBETZEA	AS.	19,15-20
C12	2011-2009	8-10	HOBETZEA	AZ.	18,30-19,15
C13	2008-2005	11-14	HOBETZEA	OG.	19,15-20

HAURRENTZAT EUSKERAZ

TALDEAK	URTEAK	ADINA	MAILA	EGUNAK	ORDUTEGIAK
E1	2016	3	INI	AZ.	16,15-17
E2	2015-2014	4-5	INI	AZ.	17-17,45
E3	2015-2014	4-5	AURRERATUA 1	AZ.	17,45-18,30
E4	2015-2014	4-5	AURRERATUA 1	AS.	17,15-18
E5	2015-2014	4-5	AURRERATUA 2	AS.	17-17,45
E6	2015-2014	4-5	AURRERATUA 2	OG.	17-17,45
E7	2015-2014	4-5	AURRERATUA 3	AS.	17,45-18,30
E8	2015-2014	4-5	AURRERATUA 3	OG.	17,45-18,30
E9	2013-2012	6-7	AURRERATUA 2	AL.	17,15-18
E10	2013-2012	6-7	AURRERATUA 3	AL.	18-18,45
E11	2011-2009	8-10	HOBETZEA	AL.	18,45-19,30
E12	2011-2009	8-10	HOBETZEA	AZ.	18,30-19,15

6.2 TAEKWONDOA:

TALDEA	ADINA	EGUNAK	ORDUTEGIA
T1	KIMUAK / 6-8 urte	M-J	18,00-19,00
T2	HAURRAK/ 9-10 urte		19,00-20,00
T3	KADETEAK / 11-13 urte		20,00-21,00
T4	JUNIORRAK /14-16 urte		21,00-22,00



6.3. KARATEA:

TALDEA	ADINAK	EGUNA	ORDUTEGIA
K1	6-8 urte	L-X	18.00-19.00
K2	9-13 urte		19.00-20.00

6.4. PADDLEA:

Astean ordu bateko ikastaroak. Asteroko ikastaro trinkoen edo beste ordutegi batzuen eskaera, izena emateko orrian.

Taldeak mailen arabera eta monitorearen irizpidearen arabera antolatuko dira. HASTAPENAK ETA AURRERATUA.

Haurren adina 8-13 urte eta gazteena 14-19 urte.

Plaza esleitzeko irizpideak: lehentasuna parte-hartzaile zaharrek eta instalazioetara abonatuak.



TALDEAK	ADINA	EGUNAK	ORDUTEGIA
PA1	ESKAERAK, ADINA ETA MAILAREN ARABERA	ASTEARTEA	16-17
PA2			17-18
PA3			18-19
PA4			19-20
PA5		OSTEGUNA	16-17
PA6			17-18
PA7			18-19
PA8			19-20

6.5. ZUMBA:

TALDEAK	ADINA	EGUNA	ORDUTEGIA
Z1	12-14 urte	OSTIRALA	16-16.55
Z2	9-11 urte		17-17.55
Z3	6-10 urte		18-18.55

6.6. METODO S.V.T.A.:

S.V.T.A.metodoak (Sport Science Vision Training Academy) kirol-errendimendua bultzatzen du, bisioa eta mugimendua barne hartzearen bidez.Gomendagarria da oinarrizko kirolerako eta bai goi-errendimenduko kirolerako ere, hauek lantzen baitira::

- Arreta-gaitasun etengabea eta selektiboa
- Koordinazio biso-motorra
- Distantzien gaineko kontzientzia
- Finkatze bisuala kirolean, nagusia eta periferikoa
- Aurreratze motorra

TALDEAK	ADINA	EGUNAK	ORDUTEGIA
SVTA 1	6-11 urte	ASTELEHENA	17.30-18.30
SVTA 2	12-17 urte	ASTEARTEA	17-18

6.7.YOSEIKANBUDO:

TALDEAK	ADINAK	EGUNA	ORDUTEGIA
YO1	6-9 urte	OSTIRALA	17.30-18.30
YO2	10-15 urte		18.30-19.30

KIROL IKASTAROEN TASAK	ABONATUA	ABONATU GABEA
URETAKO ESTIMULAZIOA HAURTZOENTZAT	247€	362€
IGERIKETA HAURRENTZAT egun 1	164€	263€
IGERIKETA HAURRENTZAT 2 egun	148€	220€
TAEKWONDOA	148€	220€
KARATEA	196€	252€
PADDLEA	212€	275€
PADDLEA GAZTEENTZAT	92€	138€
ZUMBA	180€	270€
ENTRENAMIENTO S.V.T.A.	190€	210€
YOSEIKANBUDO		

07 UDALAREN KIROL ESKOLAK SUSTATZEA

Eskalada, multikirol, yoga, mahai teniseko eta dibertsitate funtzionala duten pertsonentzako jarduera fisikoa. **Berriozarko udalak bultzatutako jarduerak.**

7.1. ESKALADA:



TALDEAK	ADINA	EGUNAK	ORDUTEGIA
ESK3	GAZTELANIAZ 13-18 hastapena	ASTELEHENA	16.30-17.30
ESK4	EUSKERA 13-18 hastapena		17.30-18.30
ESK5	GAZTELANIAZ 13-18 aurreratua		18.30-19.30
ESK6	EUSKERA 13-18 aurreratua		19.30-20.30
ESK7	GAZTELANIAZ 6-8 urte	ASTEARTEA	16.30-17.30
ESK8	EUSKERA 6-8 urte		17.30-18.30
ESK9	GAZTELANIAZ 9-12 urte		18.30-19.30
ESK10	EUSKERA 9-12 urte		19.30-20.30

7.2. MULTIKIROLA:

TALDEAK	ADINA	EGUNA	ORDUTEGIA
MUL1	GAZTELANIAZ 4-6 urte	OSTEGUNA	16-16.55
MUL2	EUSKERA 4-6 urte		17-17.55



7.3. YOGA (KULTURGUNE):

TALDEAK	ADINA	EGUNA	ORDUTEGIA
Y5	GAZTELANIAZ 4-6 urte	AZTEAZKENA	15.30-16.15
Y6	EUSKERA 4-6 urte		16.15-17
Y7	GAZTELANIAZ 7-10 urte		17-17.45
Y8	EUSKERA 7-10 urte		17.45-18.30

7.4. JARDUERA FISIKOA DIBERTSITATE FUNTZIONALA DUTEN PERTSONENTZAT: IGERIKETA ETA PSIKOMOTRIZITATEA

Bakarko saioak eta pertsonalizatuak uretan esku hartzeko, pertsonaren autonomia lortzeko igerilekuan eta motrizitatea hobetzea sustatzeko eta, horrenbestez, eguneroko bizimodua hobetzeko. Mota guztietako desgaitasunak hartzen dira barnean, bai fisikoak eta bai kognitiboak ere, eta adin tarte eta desgaitasun maila guztietan.

Argibide gehiagotarako: informazio pertsonalizatua programaren koordinatzailearekin.

JARDUERA	ABONATUA	ERROLDATUA	ERROLDATU GABEA
ESKALADA	75€	100€	130€
MULTIKIROLA			
YOGA			
IGERIKETA EGOKITUA 30´-45´	35€-45€ h.	40€-60€	44,50€-68,50€ h.
PSIKOMOTRIZITATEA TALDEAN	44€/hilabete		



Antsoain Zendearen kalea, zbk.
T. 948 30 17 19
31013 BERRIOZAR
info@berrikilan.es

