



# Deporte para tod@s 24/25



Escuelas deportivas municipales  
Escuela del deporte para adultos  
Programa acuático piscina cubierta



M.I. Ayuntamiento  
de Caudete



# INSCRIPCIONES

El plazo de inscripción para las actividades de las Escuelas Deportivas Municipales y Escuela del Deporte para Adultos comenzará el 11 y finalizará el 20 de septiembre. Las inscripciones de las actividades de la Piscina Cubierta se realizarán a partir del 16 de septiembre.

Documentación a presentar:

- Boletín de inscripción.
- Documento de autorización de protección de datos
- PAR-Q-Test
- Acuerdo de asunción de riesgos.
- Adjuntar el certificado PAPAS (para los nacidos en 2006 y años posteriores).
- Carnet de familia numerosa (en el caso que proceda)
- Certificado de discapacidad superior al 33% (en el caso que proceda)

Dicha documentación se podrá entregar en la Oficina de Deportes o Piscina Cubierta o enviar por correo electrónico ([administracion@deportes.caudete.org](mailto:administracion@deportes.caudete.org) / [piscinacubierta@caudete.org](mailto:piscinacubierta@caudete.org)). No se procederá a la inscripción sin la presentación de toda la documentación debidamente cumplimentada y firmada.

Los documentos: boletín de inscripción, documento de autorización de protección de datos, PAR-Q-Test y acuerdo de asunción de riesgos, pueden ser descargados a través de <https://www.caudete.org/ayuntamiento/deportes-inscripciones-a-deporte-para-tods/>

Jornada de puertas abiertas: con el fin de facilitar unas clases de prueba cualquier usuario que solicite la baja del curso antes del 10 de octubre, no se le liquidará cargo alguno.

# TASAS

## ESCUELAS DEPORTIVAS MUNICIPALES ESCUELA DEL DEPORTE PARA ADULTOS

2 ó + días/semana: 24,75 €  
1 día/semana: 13,75 €

### PISCINA CUBIERTA

Cardio fitness	11 € mes	Abonado A, 1 curso - entrada libre - fitness	40 € mes
Cardio fitness (mayores 65 años, familia numerosa o discapacitados)	9,50 € mes	Abonado A, 1 curso - entrada libre - fitness (+ 65 años, fam. numerosa o discap.)	34 € mes
Cursos de seco (por curso)	25 € mes	Suplemento Abonado A por curso	5 € mes
Cursos de seco (mayores 65 años, familia numerosa o discapacitados)	21,50 € mes	Abonado FULL	50 € mes
Entrada zona de agua	30 € mes	Abonado FULL, (+ 65 años, fam. numerosa o discap.)	42,50 € mes
Entrada zona de agua (mayores 65 años, familia numerosa o discapacitados)	25,50 € mes	Bono 10 baños	30 € mes
Entrada agua + fitness	35 € mes	Bono 10 baños (mayores 65 años, familia numerosa o discapacitados)	25,50 € mes
Entrada agua + fitness (mayores 65 años, familia numerosa o discapacitados)	30 € mes	Entrada de día	3,50 € mes
Cursillistas (1 ó 2 sesiones/semana)	18 ó 34 € mes	Entrada de día (mayores 65 años, familia numerosa o discapacitados)	3 € mes
Cursillistas (1 ó 2 sesiones/semana) (mayores 65 años, familia numerosa o discapacitados)	15 ó 29 € mes	Tarjeta proximidad	3 € mes
Curso agua (clases sueltas máx. 3 al mes)	6 € mes	Reserva uso calle x entidades deportivas privadas de carácter social o empresas privadas con desarrollo de programas de empresas saludables	5 €/1/2 h.
Curso agua (máx. 3 al mes) (mayores 65 años, familia numerosa o discapacitados)	5 € mes	Reserva uso calle x otras entidades privadas	15 € h.
		Aplicación entrenamientos online (excepto abonados)	5 € h.

La falta de asistencia superior a 50% no justificadas en cualquier curso podrá suponer la expulsión del mismo.



## EDM AJEDREZ

Se trabajará en grupos según nivel de los alumnos.

### HORARIOS

Nivel iniciación:  
viernes de 17:00 a 18:00 h.

Nivel medio:  
viernes de 18:00 a 19:00 h.

Nivel perfeccionamiento:  
19:00 a 20:15 h.

### LUGAR

Centro de Mayores



## EDM TENIS

### HORARIOS

#### OPCIÓN A

Martes y jueves

NIVEL 1: 16:30 a 17:30 h.

NIVEL 2: 17:30 a 18:30 h.

NIVEL 3: 18:30 a 19:30 h.

NIVEL 4: 19:30 a 20:30 h.

#### OPCIÓN B

Un día a elegir entre martes o jueves más sábado o sólo sábado.



# EDM FÚTBOL

## HORARIOS

### Querubines

Lunes y miércoles  
16:00 a 17:30 h.

### Pre-benjamins

Lunes y miércoles  
16:00 a 17:30 h.

### Benjamin A

Martes y viernes  
16:00 a 17:30 h.

### Benjamin B

Martes y jueves  
16:00 a 17:30 h.

### Alevin A

Martes de 17:30 a 19:00 h.  
jueves de 16:00 a 17:30 h.

### Alevin B y C

Martes y jueves  
17:30 a 19:00 h.



### Infantil A

Lunes y miércoles  
19:00 a 20:30 h.  
viernes de 16:00 a 17:30 h.

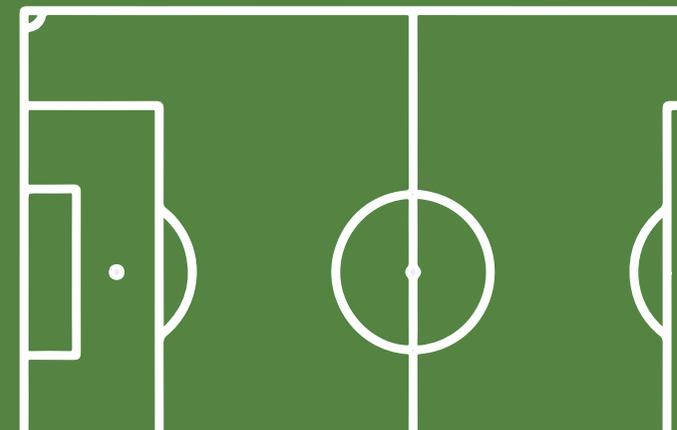
### Infantil B Y C

Lunes y Miercoles  
17:30 a 19:00 h.

### Cadete A

Lunes, miércoles  
y viernes  
19:00 a 20:30 h.

En caso de lluvia se entrenará con total normalidad en el Campo de Fútbol, salvo que ésta sea muy intensa.



# EDM ATLETISMO

## CARRERAS

Velocidad  
Vallas  
Fondo  
Campo a través

## SALTOS

Longitud  
Altura  
Triple-salto  
Pértiga

## LANZAMIENTOS

Peso  
Disco  
Jabalina  
Martillo

## HORARIOS

Benjamín y prebenjamín:  
lunes, miércoles y jueves  
17:00 a 18:00 h.

Alevín e Infantil:  
lunes, miércoles y jueves  
18:00 a 19:00 h.

Cadete y Juvenil:  
lunes, martes y jueves  
19:00 a 20:00 h.



# EDM BASKET

## HORARIOS

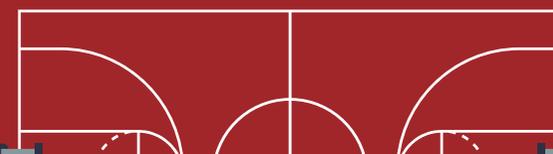
Peque-basket  
(prebenjamín y benjamín)  
Lunes y miércoles  
de 16:30 a 18:00 h.

Alevín mixto  
Lunes, miércoles y viernes  
de 16.30 a 18:00 h.

Infantil mixto  
Lunes, miércoles y viernes  
de 18:00 a 19:30 h.

Cadete Femenino  
Lunes, miércoles y viernes  
de 17:30 a 19:00 h.

Cadete Masculino  
Martes y jueves de 17:30 a 19:00 h.  
Viernes de 19:30 a 21:00 h.



# EDM PATINAJE ARTÍSTICO

Utilizaremos los patines de cuatro ruedas en paralelo.

Los cursos están orientados a chicos y chicas de todas las edades.

Cada alumno/a tendrá que traer sus propios patines.

## HORARIOS

NIVEL-GRUPO 1  
PATINAJE INICIACIÓN

Martes y jueves: 17:00 – 18:15 h.

NIVEL-GRUPO 2  
PATINAJE BASE

Lunes y miércoles: 17:00—18:30 h.

NIVEL-GRUPO 3  
PATINAJE NIVEL I

Martes y jueves: 18:15—19:30 h.

NIVEL-GRUPO 4  
PATINAJE NIVEL II

Lunes y miércoles: 18:30 – 20:00 h.

NIVEL-GRUPO 5  
PATINAJE PERFECCIONAMIENTO

Martes y jueves: 19:00 – 20:30 h.



# EDM PATINAJE EN LÍNEA

Clases de patín recreativo, donde se enseñará a desenvolverte con ellos autónomamente y donde aprenderás las distintas disciplinas que forman parte de este deporte (freesyle, slalom, velocidad...) Unas clases de patines divertidas, en las que la base es aprender jugando.

## HORARIOS

Lunes y/o miércoles:  
19:00 a 20:00 h.

Dirigido a escolares  
entre 4 y 13 años.



## EDM MULTIDEPORTE

Dirigido a niños y niñas nacidos en 2018, 2017, 2016 y 2015.

El objetivo principal del curso es iniciar a los alumnos/as en las distintas modalidades deportivas de forma que el/la mismo/a adquiera una amplia base motriz que le permita una mejor adaptación en el futuro a la práctica de deporte.

## TEMPORALIZACION

Martes y Jueves	DEPORTE-GRUPO ÚNICO	HORA	LUGAR
1 al 31 del 10	FÚTBOL	16.30 - 17.30	Campo césped
5 al 28 del 11	ARTES MARCIALES	17.00 - 18:00	Albergue
3 del 12 - 16 del 1	NATACIÓN	16.45 - 17.30	Piscina cubierta
21 del 1 - 13 del 2	PATINAJE	16.00 - 17.00	Pabellón Cruz
18 del 2 - 20 del 3	BALONCESTO	16.00 - 17.00	Pabellón nuevo
25 del 3 - 1 del 5	TENIS	16.00 - 17.00	Cancha tenis
2 del 5 - 30 del 5	ATLETISMO	16.00 - 17.00	Pistas atletismo





## EDM JUDO

Durante el curso se trabajará los fundamentos técnicos de la lucha en el judo, tanto de pie como en el suelo.

Dirección técnica: Vanesa Arenas, maestro nacional cinturón negro 6 Dan judo homologado por la Real Federación Española de Judo.

Formador: Fernando Forte, monitor de judo, cinturón negro 1 Dan, homologado por la Real Federación Española de Judo.

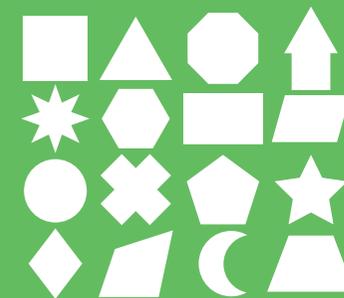
### HORARIOS

Martes y jueves

Grupo 1 – Judo iniciación  
(3 a 6 años): 18:00 h.

Grupo 2 – Judo promoción  
(7 a 1 años): 19:00 h.

Lugar: sala 4 albergue  
Pabellón La Cruz.



## EDM PSICO MOTRICIDAD

Actividad cuyo objetivo es el desarrollo motriz de los/as niños/as mediante las múltiples posibilidades que ofrece el juego.

De los dos días de clase uno de ellos se destinará a la iniciación deportiva a múltiples modalidades deportivas.

Dirigido a niños/as nacidos en 2018, 2019 y 2020.

### HORARIOS

Martes y jueves de 16:30 a 17:30 horas (Pabellón Principal).



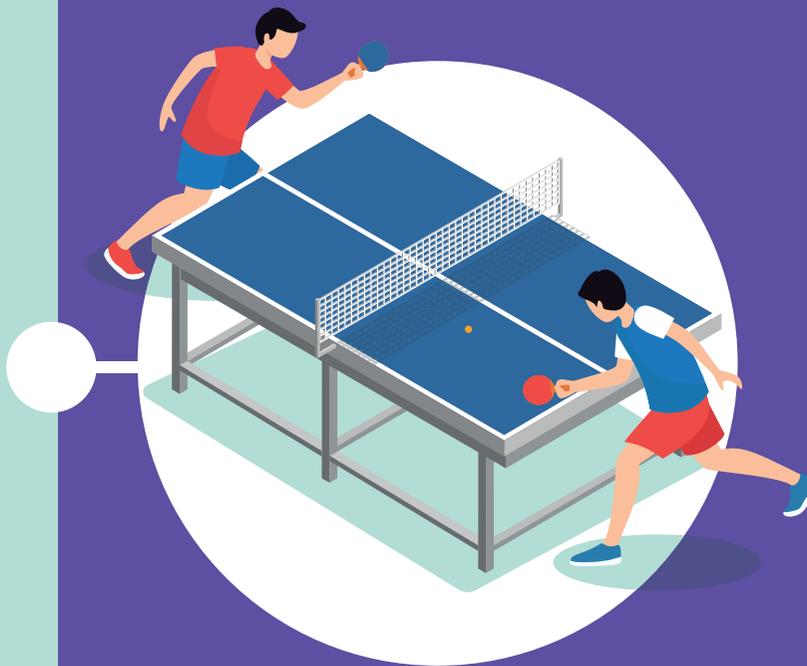
## EDM TENIS DE MESA

El tenis de mesa o ping pong es un juego de mesa que se disputa entre dos jugadores o dos parejas, y como no una mesa de ping pong y unas palas. Las reglas de juego atienden principalmente al equipamiento, el servicio o saque y los movimientos inválidos pero, ¿conoces las normas básicas de este deporte?

Para disfrutar al máximo de este deporte, y de cualquier otro, debemos conocer sus reglas y para ello nosotros te enseñamos, ¿te apuntas?

### HORARIOS

Todas las categorías  
Martes y viernes: 15:45 a 17:00 h.



## EDM VOLEIBOL FEMENINO

### HORARIOS

**Infantil y Cadete**  
**Martes y jueves**  
**19:00 a 21:00 h.**

**Juvenil**  
**Martes y jueves**  
**21:00 a 22:30 h.**  
**(sin competición los fines de semana).**

**Lugar: Pabellón Principal**



## EDM PÁDEL

El Pádel está dentro de los denominados deportes de “raqueta”, caracterizándose por su fácil adaptabilidad del jugador a esta modalidad deportiva, para que partiendo de esta base llevar a cabo un aprendizaje más técnico, conociendo los diferentes tipos de golpes y las diversas estrategias del juego, y todo ello en un ambiente distendido y de lo más lúdico.



### HORARIOS

Grupo escolares:

**Grupo 1 (nivel Iniciación I):**  
jueves 16:00 a 17:00

**Grupo 2 (nivel Iniciación II)**  
jueves 17:00 a 18:00





## EDA AJEDREZ

### HORARIOS

Viernes  
20:15 a 21:30 h. (nivel alto)

### LUGAR

Centro de Mayores



## EDA PATINAJE EN LINEA

Curso de patinaje en línea cuyo objetivo es aprender y perfeccionar la técnica de patinaje, con especial atención a especialidades del patinaje como Freestyle Slalom. También se llevarán a cabo rutas de patinaje en calle.

### HORARIOS

Nivel iniciación y aprendizaje

Lunes y miércoles  
de 20:00 a 21:00 h.

## EDA TENIS

### HORARIOS

Martes o/y jueves  
20:30 a 21:30 h.





## EDA RUNNING AQUARUNNING

### HORARIOS

**Running:** lunes y miércoles 20:00 a 21:00 en pistas de atletismo

**Aquarunning:** piscina cubierta: martes y jueves a las 20:30 en piscina cubierta.

### PRECIOS

Running (2 días): 24,75 €/mes  
Aquarunning (2 días): 34 €/mes  
o Abonado A piscina

**Aquarunning + Running**

1 día piscina + 2 día pista: 42,75 €/mes  
2 días piscina + 1 día pista: 47,75 €/mes  
2 días piscina + 2 días pista: Abonado Full (50 €/mes, incluye acceso libre a la Piscina).



## EDA PÁDEL

### HORARIOS

Grupo 1 (adulto iniciación):  
miércoles 16:30 a 17:30

Grupo 2 (adulto medio/alto):  
miércoles 17:30 a 18:30

Grupo 3 (adulto medio/bajo):  
miércoles 18:30 a 19:30

Grupo 4 (adulto medio):  
miércoles 19:30 a 20:30

Grupo 5 (adulto iniciación):  
miércoles 20:30 a 21:30

Grupo 6 (adulto medio/alto):  
viernes 16:30 a 17:30

Grupo 7 (adulto iniciación):  
viernes 17:30 a 18:30

Grupo 8 (adulto medio/alto):  
viernes 18:30 a 19:30

## EDA ACTIVIDAD FÍSICA MAYORES

Organizado por la Concejalía de Bienestar Social y la Concejalía de Deportes.  
Para mayores de 60 años.

### LUGAR

Pabellón La Cruz y  
Pabellón Principal Ciudad Deportiva Antonio Amorós

### HORARIO (según niveles)

Martes y jueves  
9:10 a 10:00 h.  
10:00 a 10:50 h.  
11:10 a 12:00 h.  
12:00 a 12:50 h.

Inscripciones en la oficina del Hogar del Pensionista.





# PISCINA CUBIERTA

## **INFORMACIÓN GENERAL:**

Teléfono Piscina Cubierta: 965 828 217

Fecha apertura: 1 de octubre  
y Fecha de cierre: 30 de mayo

## **HORARIO INSTALACIÓN**

Lunes a jueves

7:30 a 12:00 y 15:30 a 22:00

Viernes

7:30 a 12:00 y 15:30 a 21:00

Sábados

9:00 a 13:00 y 16:00 a 19:00

Domingos

10:00 a 13:00

## **PLAZO APERTURAS DE INSCRIPCIONES: 16 DE SEPTIEMBRE**

Horario inscripciones del 16 al 30 de septiembre de lunes a viernes

8:30 a 14:00 y 16:30 a 20:30

El Ayuntamiento se reserva el derecho a no recuperar aquellas clases que por problemas técnicos de la instalación no se puedan desarrollar en la fecha programada.



## NATACIÓN ADULTOS

### NIVEL INICIACIÓN

Grupo 1: lunes y miércoles 9:15 h.  
Grupo 1: martes y jueves 20:35 h.

### NIVEL MEDIO

Grupo 1: lunes y miércoles 8:15 h.  
Grupo 2: lunes y miércoles 20:35 h.  
Grupo 3: martes y jueves 20:05 h.

### NIVEL AVANZADO

Grupo 1: lunes y miércoles 20:35 h.

# NATACIÓN INFANTIL

(En los grupos con dos días se puede escoger sólo uno de los dos y en los grupos de un día se pueden escoger dos grupos)



### GRUPO BURBUJITA

(Deberá estar presente una persona adulta con el bebé, la duración de la sesión son 30 min.)

Burbujita 1: viernes, 18:15 h.

Burbujita 2: sábado, 11:30 h.

### GRUPO MEDUSA

Medusa 1 (avanzado): lunes y miércoles, 16:45 h.

Medusa 2: martes y jueves, 16:45 h.

Medusa 3 (avanzado): martes y jueves, 17:30 h.

Medusa 4: viernes, 16:45 h.

Medusa 5: viernes, 17:30 h.

Medusa 6: sábado, 12:00 h.

viernes, 17:45 h.



### GRUPO PECECITOS



Pececitos 1: lunes y miércoles, 18:20 h.

Pececitos 2: martes y jueves, 18:20 h.

Pececitos 3 (avanzado): martes y jueves, 18:20 h.

Pececitos 4 (avanzado): viernes, 18:30 h.

Pececitos 5: viernes, 18:50 h.

Pececitos 6: sábado, 10:00 h.

### GRUPO TIBURONES



Tiburones 1: lunes y miércoles, 19:05 h.

Tiburones 2: lunes y miércoles, 19:05 h.

Tiburones 3: martes y jueves, 19:05 h.

### GRUPO DELFINES



Delfines 1 (avanzado): lunes y miércoles, 19:50 h.

Delfines 2: martes y jueves – 16:00



## NATACIÓN INFANTIL COMPETICIÓN

Actividad enfocada para participar en las competiciones de natación de deporte en edad escolar. Aunque lo ideal para la competición es realizar un entrenamiento de tres días, existe la posibilidad para quien no pueda de realizar dos sesiones a la semana.

**Grupo A** (niños nacidos en 2011 y posteriores y niñas nacidas en 2013 y posteriores): martes y jueves (17:30) y viernes (16:00)

**Grupo B** (niños nacidos en 2010 y anteriores y niñas nacidas en 2012 y anteriores): martes y jueves (19:15) y viernes (16:00)



## NATACIÓN GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

Entrenamientos y ejercicios adaptados al medio acuático, cuyo fin es la mejora del rendimiento físico corporal de “adultos mayores”.

### HORARIOS

Martes y jueves - 10:45h

## ADULTOS MAYORES ACUÁTICO

Actividades acuáticas dirigidas a personas adultas mayores con el objetivo de contribuir a la mejora y conservación de las capacidades físicas y la salud.

Lunes y miércoles – 10:00 h.  
Martes y jueves - 10:00 h.

## AQUARRITMOS

Al realizar la actividad de “Aquarritmos”, se podrá disfrutar de distintas formas de actividad física, donde la mezcla de la música y el agua hacen que la práctica en el medio acuático sea todavía más divertida.

Lunes y miércoles: 20:25 h.  
Martes y jueves: 9:15 h.





## ENTRENAMIENTO ACUÁTICO

Usando el medio acuático principalmente como canal de entrenamiento, esta actividad tiene como objetivo mejorar nuestra condición física, a la vez que se lleva a cabo un entrenamiento físico de bajo impacto, alternando actividades en agua y en seco.

Martes y jueves: 19:50 h.

## WATER-FITNESS

Ejercicio físico, deporte y agua se combinan para ofrecerte la mejor fórmula de estar en forma.

Martes y jueves: 16:00 h.



## AQUAFITMAT

Disciplina que se trabaja en una colchoneta sobre el agua, desafiando tu equilibrio, coordinación y fuerza, a la vez que se fortalece todos los músculos del cuerpo.

### HORARIOS

Lunes y miércoles - 16:00h

Lunes y miércoles - 19:50h

## PILATES

LUNES Y MIÉRCOLES  
8:15 - Nivel medio / avanzado  
19:15 - Nivel iniciación

MARTES Y JUEVES  
9:30 - Nivel avanzado  
16:00 - Nivel avanzado  
17:00 - Nivel medio  
18:30 - Nivel medio/avanzado  
20:45 - Nivel medio/avanzado

## PILATES AÉREO

LUNES Y MIÉRCOLES  
9:30 - Nivel medio  
15:55 - Nivel avanzado  
16:55 - Nivel medio

MARTES Y JUEVES  
08:15 - Nivel medio/avanzado





## ADAPTIV PILATES

Este curso está destinado a aquellas personas que busquen una mejora de las cualidades físicas a través de la combinación de diferentes métodos de entrenamiento basados en el pilates.

LUNES Y MIÉRCOLES  
18:00 Nivel medio.

MARTES Y JUEVES  
19:45 Nivel avanzado

## PILATES TERAPÉUTICO

LUNES Y MIÉRCOLES: 11:00



## CARDIO - FITNESS

Espacio equipado con la siguiente maquinaria para el uso autónomo de los interesados (sin monitor).

**Elípticas.**

**Bicicleta sentada**

**Cinta de correr**

**Remos**

**Bicicletas de spinning**

## SALA ENTRENAMIENTO FUNCIONAL



Buscando ofrecer el mayor abanico de actividades y servicios posible, este nuevo curso estrenamos  
NUEVA SALA  
DE ENTRENAMIENTO  
FUNCIONAL AUTÓNOMO.

Una nueva sala para poder entrenar sin horarios establecidos, por libre y sin monitor. Pero que con el fin de intentar ayudar y guiarte en tus entrenamientos, mediante dibujos, infografías y gráficos, iremos dejando rutinas de ejercicios y entrenamientos.

**La sala cuenta con colchonetas, combas, gomas elásticas, saco de boxeo, TRX, mancuernas y pesas, banco de musculación, bosu, barra de dominadas...**