



UN VERANO DIFERENTE UDA DESBERDINA

2020



**POR TU SALUD
ZURE OSASUNAREN ALDE**

SERVICIOS DE VERANO UDAKO ZERBITZUAK

Bar-cafetería

Snacks, bocadillos, fritos, pizzas, platos combinados, plato del día, pollos y paellas.

Lunes a viernes: 10:00 – 00:00

Fines de semana: 10:00 – 01:00

Días de verbena: Hasta las 02:00

Aforo de 210 personas. Un acceso de entrada y uno de salida. Deshabilitado el servicio de barra. Acudir al acceso de entrada y servicio en mesa. Punto de recogida de bebida y comida para llevar.

El servicio de self service permanecerá cerrado este verano y el chiringuito de verano hasta nuevo aviso.

Kiosko helados

Lunes a jueves: 12:00 – 21:00

Viernes-domingo: 12:00 – 22:00

Días de verbena: Hasta las 00:00

Ticket para organizar el turno.

Monitores tiempo libre

Del 29 de junio al 30 de agosto.

Lunes a viernes: 16:00 a 20:00

Sábados y domingos:

10:00 a 14:00 y 16:00 a 20:00 h.

Supervisores de convivencia

Durante la mañana y la tarde supervisarán el cumplimiento de la normativa y la utilización de las instalaciones reservadas.

Estarán a disposición de todos los socios para realizar reservas o cancelaciones in situ y resolver sus dudas acerca de la normativa de prevención del COVID 19.

Entrenamiento personal

Preparación física con atención personalizada.

Miguel Ibáñez
677 157 060

Masajista

Pide cita con Idoia Moreno en el 649 224 160 o pásate por la sala de masajes, en el pasillo de la piscina de 25 m.

Lesiones y patologías crónicas de la espalda

Ibai Barón
630 001 673

Fisioterapia y osteopatía

Pide cita en el teléfono 677 157 060

Peluquería

Pide cita llamando a Blanca Langarica (696826543) o pasando por la peluquería.

Biblioteca

De lunes a jueves: 18:00 – 20:00
Aforo máximo: 34 personas

Préstamo de libros por mail, whatsapp y teléfono e in situ con la ayuda de la bibliotecaria. Los libros, revistas y audiovisuales devueltos pasarán una cuarentena de 3 días antes de volver a ser prestados. Se han deshabilitado los ordenadores. Obligatoria la mascarilla en el puesto de la bibliotecaria. Los niños menores de 12 años deben ir acompañados de un adulto. Cerrado por vacaciones del 17 al 23 de agosto.

ENTRADAS Y PASES

SARRERA ETA BAIMENAK

Tipos de entrada y bonos 2020

Diaria >> Pago con datáfono en recepción o a través de cuenta

No se venderán durante fines de semana y festivos

Venta exclusiva para socios y socias. Laborables de lunes a viernes.

| | |
|--------------------|---------|
| De 2 a 13 años | 12,00 € |
| De 14 a 17 años | 15,00 € |
| Mayores de 18 años | 18,00 € |

Padres de socios mayores de 65 años

Bono 15 entradas (entregar DNI)

>> Pago en oficina con datáfono o efectivo

50,00 €

Entrada diaria: Sólo días laborables (lunes a viernes)
y acompañados por hijo/a socio/a

>> Pago en recepción con datáfono o a través de cuenta

5,00 €

Bono especial para socios en baja temporal

>> Pago en oficina con datáfono o efectivo

1 bono/socio. Necesario DNI y fotografía.

| | |
|-----------------|---------|
| Bono 2 entradas | 10,00 € |
| Bono 5 entradas | 25,00 € |
| 1 mes | 42,00 € |

Entradas Amigas

>> Compra en oficina y pago con datáfono, efectivo o a través del perfil on line de socio en la app CDAMAYA o en la zona de socios de la web

Venta sólo para días laborables (lunes a viernes).

Máximo 2 entradas por socio. Válida hasta el 31/12/2020.

| | |
|---------------------|--------|
| 1 entrada laborable | 5,00 € |
|---------------------|--------|



Aviso: Para este verano no estarán disponibles el resto de bonos de acceso, los bonos de Aedona ni el pasaporte Acedyr.

UN VERANO DIFERENTE UDA DESBERDINA

TEMPORADA DE VERANO UDAKO DENBORALDIA

Del lunes 22 de junio al domingo 6 de septiembre. Las instalaciones permanecerán abiertas de 8:00 a 00:00 de lunes a viernes. Los fines de semana hasta la 01:00 y los días de verbena hasta las 02:00. No está permitido el acceso a las instalaciones a partir de las 22:00. El acceso por la garita de verano se abrirá a partir de las 10:30.



CONTROL DEL AFORO Y ACCESO

No será necesaria la cita previa para acceder a Amaya, pudiendo entrar a las instalaciones en cualquier momento y permanecer en ellas hasta la hora de cierre.

A través de la APP móvil y de la web, los socios verán en tiempo real el número de personas que permanecen en Amaya en cada momento.

Se ha deshabilitado el acceso con huella, por lo que es imprescindible el uso del carnet de socio tanto a la entrada como a la salida del club. Solicitamos preparar el carnet para agilizar la movilidad en los accesos y evitar aglomeraciones en las entradas y salidas.

En el acceso a las instalaciones es obligatorio el uso de la mascarilla.

Una vez en el interior, su uso es altamente recomendable, y será obligatorio cuando no se garantice la distancia mínima de seguridad de 1,5 metros.

No será necesaria cita previa para acceder a Amaya pero sí la reserva de gran parte de las instalaciones deportivas, todas las zonas verdes y los merenderos.

RECEPCIÓN

Para gestiones que sean estrictamente necesarias, resolviendo el resto por mail (recepcion@cdamaya.com) o teléfono. Obligatorio el uso de mascarilla.

Para todos los aforos de las instalaciones se ha aplicado el 50% del total pudiendo aplicar si fuera necesario el 75% que permite la normativa.

OFICINA

De 9:00 a 16:00 de lunes a viernes. Gestiones por mail info@cdamaya.com o por teléfono siempre que sea posible. Aforo máximo de 3 personas. Obligatorio el uso de mascarilla.

INSTALACIONES DEPORTIVAS

Pistas de Padel, Tenis, Frontones y Squash (con reserva): de lunes a domingo de 8:00 a 15:00 y de 16:00 a 22:00.

Patinódromo, campo de hierba artificial y beisbol (sin reserva): de lunes a domingo de 8:00 a 14:30 y de 16:00 a 22:00.

Gimnasio (con reserva): de lunes a viernes de 8:00 a 14:00 y de 17:00 a 21:45. Sábado y domingo de 8:00 a 14:00. Aforo de 25 personas cada hora. Monitor de sala en todo momento. Acceso por la entrada del jardín y salida por el pasillo de vestuarios.

INSTALACIONES ACUÁTICAS

Obligatorio ducharse antes de entrar al agua y llevar chanquetas durante todo el tiempo en que se transite por las piscinas. Menores de 8 años acompañados de un adulto. Piscina infantil para menores de 6 años. Obligatorio respetar los accesos de entrada y de salida señalizados en las diferentes piscinas.

Piscina Infantil: de lunes a domingo de 10:00 a 21:30. Aforo de 78 personas. Un acceso de entrada y uno de salida. No está permitido sentarse en la orilla.

Piscina 25m: de lunes a viernes de 8:00 a 21:30. Aforo de 78 personas. Una calle con cuatro parcelas para chapoteo en familia. Recomendamos que los socios no permanezcan sentados en las playas.

Piscina 50m: de lunes a domingo de 10:00 a 21:30. Aforo de 287 personas. Dos accesos de entrada y dos de salida. Recomendación de no sentarse en las playas.

Piscina Olas: de lunes a domingo de 10:00 a 21:30h. Horarios de los juegos recreativos: Lunes a domingo de 11:30 a 14:30 y de 16:00 a 20:00h. Aforo de 260 personas. Dos accesos de entrada y uno de salida. Recomendación de no sentarse en las playas.

ZONAS VERDES (con reserva)

Con el fin de facilitar que cada socio se garantice un espacio en la hierba, con anterioridad a bajar a las instalaciones, que le permita mantener la distancia de seguridad y a la vez poder controlar el aforo de manera objetiva; se ha señalado toda la superficie de zonas verdes a través de cuadrículas de 49m² y banderines de 40m². En cada uno de los espacios podrán permanecer un máximo 6 personas. En la zona verde del pádel se han habilitado cuadrículas de 30 m² para un máximo de 4 personas.

Se han señalado 25 parcelas de 24m² que podrán utilizarse sin reserva (16 parcelas en zona petanca, 6 en el pasillo del pádel y 3 en la tirolina).

En el caso de que todas las zonas verdes estén ocupadas, como último recurso, podrá utilizarse la hierba del campo de béisbol.

Cada socio puede reservar un solo espacio en la hierba para la mañana (de 8:00 a 14:30) o para la tarde (de 15:00 a 21:30) y no se deberá realizar ninguna otra reserva en la hierba hasta no haber finalizado su reserva anterior.

Edad de reserva: a partir de 16 años.

Por la tarde, las reservas que no hayan sido ocupadas a partir de las 17:30 se comenzarán a anular por el supervisor de convivencia. Podrán ser utilizadas por otros socios previa reserva. Desde el club se solicitará los motivos de la no utilización de la reserva para proceder en su caso.

SOLARIUM (con reserva)

De 8:00 a 10:00, de 10:30 a 12:30, de 13:00 a 15:00, de 15:30 a 17:30 y de 18:00 a 20:00. Desinfección de las hamacas entre las pausas de los turnos de reservas. Recomendación de llevar su propia hamaca o cubrir con la toalla la hamaca del solárium.

TXOKO MERENDERO (con reserva)

De 8:00 a 11:30, de 12:00 a 19:00 y de 19:30 a 22:00. Aforo de 69 personas.

MERENDEROS (con reserva)

Con el mismo objetivo que las zonas verdes, se han numerado todos los merenderos y fogones.

De 8:00 a 11:30, de 12:00 a 19:00 y de 19:30 a 22:00h.

FOGONES (con reserva)

De 08:00 a 11:30, de 12:00 a 14:00, de 14:30 a 16:00, de 16:30 a 19:30 y de 20:00 a 22:00

VESTUARIOS, DUCHAS Y BAÑOS

Respetar el aforo permitido y la normativa sanitaria señalizada en los carteles.

OTRAS INSTALACIONES

Salón social: de 8:00 a 11:30, de 12:00 a 19:00 y de 19:30 a 22:00. Se ha dividido el espacio en dos partes: comedor (con reserva) y sala de televisión. Aforo de 32 personas.

Parque infantil: de lunes a domingo de 8:00 a 14:30 y de 16:00 a 22:00.

Ludoteca y sala de cumpleaños: punto de acogida de los Campamentos lúdicos y de los monitores de tiempo libre.

Cuartos de hamacas, taquillas, botiquín y máquinas de vending: extremar las precauciones de higiene y protección.

Minigolf, petanca y fútbolín: no hay préstamo de palos y pelotas ni bolas de petanca. El fútbolín está precintado.

Cierre temporal de algunas instalaciones: Por el momento, para reducir al máximo los riesgos, la sauna y los jacuzzis permanecerán cerradas.

AGENDA DE VERANO

UDAKO AGENDA

Del 29 de junio al 30 de agosto
para niños y adultos

Las actividades se realizarán evitando el contacto físico. Se han colocado marcas en el suelo para garantizar la distancia de seguridad de 1,5 metros en la sala 0 y 1, en el patinódromo, en el frontón 1, en la sala de spinning, en la piscina de olas y en la terraza de verano. Los niños de hasta 8 años deberán estar acompañados por un adulto.

junio

29

LUNES

Gimnasia para niños

> 12:00 / 18:00

Salas 0 y 1

julio

01

MIÉRCOLES

Gimnasia para niños

> 12:00 Salas 0 y 1

Cuentacuentos

> 18:00 Frontón 1

04

SÁBADO

Amaya kantuz

> 22:00 Terraza verano

30

MARTES

Zumba kids

> 12:00 Sala 0 y 1

> 18:00 Frontón 1

02

JUEVES

Zumba kids

> 11:00 Salas 0 y 1

Aquagym

> 18:00 Piscina de olas

Cine de verano

> 22:00 Frontón 1

05

DOMINGO

Gynkana

Monitores tiempo libre

> 18:00

Sala cumpleaños

03

VIERNES

Gimnasia para niños

> 12:00 Salas 0 y 1

Crescendo

> 18:00 Frontón 1

06

LUNES

¡Viva San Fermín!

Gimnasia para niños

> 12:00 / 18:00

Salas 0 y 1

Jotas navarras

> 21:30 Terraza verano



Las actividades deportivas son gratuitas y no hace falta apuntarse con antelación. El aforo es limitado (por orden de llegada) y será el monitor de cada actividad el responsable de su cumplimiento. Actividades de adultos a partir de 16 años y las de niños de 6 a 15 años acompañado por un adulto. En el caso de necesitar esterilla, la aportará cada usuario. Se recomienda utilizar toalla para evitar el contacto con elementos comunes y llevar botella de agua.

2020

| | | | | | |
|--|---|---|---|--|---|
| <p>07 MARTES</p> <p>Zumba kids > 12:00 Salas 0 y 1 > 18:00 Frontón 1</p> <p>Festival de danzas > 20:00 Frontón 1</p> |  | <p>10 VIERNES</p> <p>Gimnasia para niños > 12:00 Salas 0 y 1</p> <p>Marionetas (cast + eusk) > 18:00 Frontón 1</p> |  | <p>13 LUNES</p> <p>Gimnasia para niños > 12:00 / 18:00 Salas 0 y 1</p> <p>Deporte rural > 20:00 Patinódromo</p> |  |
| <p>08 MIÉRCOLES</p> <p>Gimnasia para niños > 12:00 Salas 0 y 1</p> <p>Cantacuentos > 18:00 Frontón 1</p> |  | <p>11 SÁBADO</p> <p>La banda sonora de tus recuerdos > 22:00 Terraza verano</p> |  | <p>14 MARTES</p> <p>Zumba kids > 12:00 Salas 0 y 1 > 18:00 Frontón 1</p> <p>Monólogo: Enrique Loyola > 22:00 Terraza verano</p> |  |
| <p>09 JUEVES</p> <p>Zumba kids > 11:00 Salas 0 y 1</p> <p>Aquagym > 18:00 Piscina de olas</p> <p>Cine de verano > 22:00 Frontón 1</p> |  | <p>12 DOMINGO</p> <p>Gynkana Monitores tiempo libre > 18:00 Sala cumpleaños</p> |  | <p>15 MIÉRCOLES</p> <p>Gimnasia para niños > 12:00 Salas 0 y 1</p> <p>Cuentacuentos > 18:00 Frontón 1</p> | |

julio

| | | |
|--|--|---|
| <p>16 JUEVES</p> <p>Zumba kids > 11:00 Salas 0 y 1</p> <p>Aquagym > 18:00 Piscina de olas</p> <p>Cine de verano > 22:00 Frontón 1</p> | <p>20 LUNES</p> <p>Gimnasia para niños > 12:00 / 18:00 Salas 0 y 1</p> | <p>24 VIERNES</p> <p>Gimnasia para niños > 12:00 Salas 0 y 1</p> <p>Títeres: El zapatero y el diablo > 18:00 Frontón 1</p> |
| <p>17 VIERNES</p> <p>Gimnasia para niños > 12:00 Salas 0 y 1</p> <p>Teatro: Una historia de piratas > 18:00 Frontón 1</p> | <p>21 MARTES</p> <p>Zumba kids > 12:00 Sala 0 y 1 > 18:00 Frontón 1</p> | <p>25 SÁBADO</p> <p>Monólogo: Axlór Riezu > 22:00 Terraza verano</p> |
| <p>18 SÁBADO</p> <p>Monólogo: Sergio de Andrés > 22:00 Terraza verano</p> | <p>22 MIÉRCOLES</p> <p>Gimnasia para niños > 12:00 Salas 0 y 1</p> <p>Cantacuentos > 18:00 Frontón 1</p> | <p>26 DOMINGO</p> <p>Gynkana Monitores tiempo libre > 18:00 Sala cumpleaños</p> |
| <p>19 DOMINGO</p> <p>Gynkana Monitores tiempo libre > 18:00 Sala cumpleaños</p> | <p>23 JUEVES</p> <p>Zumba kids > 11:00 Salas 0 y 1</p> <p>Aquagym > 18:00 Piscina de olas</p> <p>Cine de verano > 22:00 Frontón 1</p> | <p>27 LUNES</p> <p>Gimnasia para niños > 12:00 / 18:00 Salas 0 y 1</p> |

agosto

28

MARTES

Zumba kids

> 12:00 Sala 0 y 1
> 18:00 Frontón 1

01

SÁBADO

Grupo Epsilon

> 22:00 Terraza verano

05

MIÉRCOLES

Gimnasia para niños

> 12:00 Salas 0 y 1
Cantacuentos
> 18:00 Frontón 1

**29**

MIÉRCOLES

Gimnasia para niños

> 12:00 Salas 0 y 1
Cuentacuentos
> 18:00 Frontón 1

02

DOMINGO

Gynkana

Monitores tiempo libre
> 18:00
Sala cumpleaños

06

JUEVES

Zumba kids

> 11:00 Salas 0 y 1
Aquagym
> 18:00 Piscina de olas
Cine de verano
> 22:00 Frontón 1

**30**

JUEVES

Zumba kids

> 11:00 Salas 0 y 1
Aquagym
> 18:00 Piscina de olas
Cine de verano
> 22:00 Frontón 1

03

LUNES

Semana del Socio

Gimnasia para niños
> 12:00 / 18:00
Salas 0 y 1

**07**

VIERNES

Gimnasia para niños

> 12:00 Salas 0 y 1
Circo La Raspa
> 18:00 Frontón 1

**31**

VIERNES

Gimnasia para niños

> 12:00 Salas 0 y 1
Musas y fusas en concierto
> 18:00 Frontón 1

04

MARTES

Zumba kids

> 12:00 Sala 0 y 1
> 18:00 Frontón 1

**08**

SÁBADO

No more Blues

> 22:00 Terraza verano



agosto

| | | |
|--|--|--|
| <p>09 DOMINGO</p>  <p>Gynkana Monitores tiempo libre > 18:00 Sala cumpleaños</p> | <p>13 JUEVES</p> <p>Zumba kids > 11:00 Salas 0 y 1</p> <p>Aquagym > 18:00 Piscina de olas</p> <p>Cine de verano > 22:00 Frontón 1</p> | <p>17 LUNES</p> <p>Gimnasia para niños > 12:00 / 18:00 Salas 0 y 1</p> |
| <p>10 LUNES</p> <p>Gimnasia para niños > 12:00 / 18:00 Salas 0 y 1</p> | <p>14 VIERNES</p> <p>Gimnasia para niños > 12:00 Salas 0 y 1</p> <p>Magia: Pedro III > 18:00 Frontón 1</p> | <p>18 MARTES</p> <p>Zumba kids > 12:00 Sala 0 y 1 > 18:00 Frontón 1</p> |
| <p>11 MARTES</p> <p>Zumba kids > 12:00 Sala 0 y 1 > 18:00 Frontón 1</p> | <p>15 SÁBADO</p> <p>Dúo Mariachi > 22:00 Terraza verano</p> | <p>19 MIÉRCOLES</p> <p>Gimnasia para niños > 12:00 Salas 0 y 1</p> <p>Cantacuentos > 18:00 Frontón 1</p> |
| <p>12 MIÉRCOLES</p> <p>Gimnasia para niños > 12:00 Salas 0 y 1</p> <p>Cuentacuentos > 18:00 Frontón 1</p> | <p>16 DOMINGO</p> <p>Gynkana Monitores tiempo libre > 18:00 Sala cumpleaños</p> | <p>20 JUEVES</p> <p>Zumba kids > 11:00 Salas 0 y 1</p> <p>Aquagym > 18:00 Piscina de olas</p> <p>Cine de verano > 22:00 Frontón 1</p> |

21

VIERNES

Gimnasia para niños

> 12:00 Salas 0 y 1

In Concert

> 18:00 Frontón 1

25

MARTES

Zumba kids

> 12:00 Sala 0 y 1

> 18:00 Frontón 1

29

SÁBADO

Trío Trébole

> 22:00 Terraza verano

22

SÁBADO

Dj Improaudio

> 22:00 Terraza verano

26

MIÉRCOLES

Gimnasia para niños

> 12:00 Salas 0 y 1

Cuentacuentos

> 18:00 Frontón 1

30

DOMINGO

Gynkana

Monitores tiempo libre

> 18:00

Sala cumpleaños

23

DOMINGO

Gynkana

Monitores tiempo libre

> 18:00 Sala cumpleaños

27

JUEVES

Zumba kids

> 11:00 Salas 0 y 1

Aquagym

> 18:00 Piscina de olas

Cine de verano

> 22:00 Frontón 1

24

LUNES

Gimnasia para niños

> 12:00 / 18:00

Salas 0 y 1

28

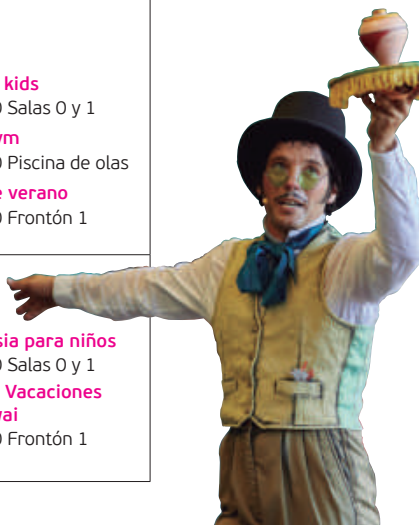
VIERNES

Gimnasia para niños

> 12:00 Salas 0 y 1

Teatro: Vacaciones en Hawai

> 18:00 Frontón 1



CAMPAMENTOS DEPORTIVOS VERANO 2020 UDA KIROLETAKO CAMPUS

CAMPUS DE TENIS

Organizado por la sección de tenis, campus para las mañanas del verano (julio y agosto).

Lunes a viernes de 9:00 a 13:00.

Todos los niveles (mini-tenis e iniciación, perfeccionamiento y competición).

Precio: 90€/semana

Inscripciones y más información:

tenis@cdamaya.com

Andoni Valencia: 650001992

- Del 13 al 17 de julio
- Del 20 al 24 de julio
- Del 27 al 31 de julio
- Del 3 al 7 de agosto
- Del 10 al 14 de agosto
- Del 17 al 21 de agosto
- Del 24 al 28 de agosto

INTENSIVOS DE TENIS

De lunes a jueves (mañana y tarde).

1 hora y 15 minutos al día.

Todos los niveles (desde 4 años hasta adultos).

Precio: 25€ /semana

CAMPUS DE FÚTBOL SALA

Organizado por Leandro y l@s jugador@s del Osasuna Magna Lacturale.

Lunes a viernes de 9:00 a 13:00

(julio y agosto).

Para niños de 6 a 15 años.

Plazas limitadas, mínimo 10 participantes y máximo 25.

Precio socios: 85€/semana

Precio no socios: 110€/semana

Inscripciones y más información:

www.leandro6.es

670595098

- Del 13 al 17 de julio
- Del 20 al 24 de julio
- Del 27 al 31 de julio
- Del 3 al 7 de agosto
- Del 10 al 14 de agosto
- Del 17 al 21 de agosto
- Del 24 al 28 de agosto

CURSO DE PATINAJE

De 5 a 12 años

De lunes a viernes

- Del 17 al 28 de agosto

De 17:00 a 18:00

Precio: 17€



INTENSIVOS DE PÁDEL

Organizado por la sección de pádel de Amaya.

De lunes a viernes.

55 minutos al día (5 minutos de limpieza del material entre clases).

A partir de 6 años.

Máximo 4 participantes por clase.

Todos los niveles (desde 4 años hasta adultos).

Pistas 3 y 7.

Precios: 30€ menores y 45€ adultos

Solicitudes de grupo:

En oficina o vía on line a través app.

Confirmación de cuadros y horarios vía mail.

Si alguna persona por cuestiones de nivel deportivo no entra en grupos se procurará ofrecer otras opciones.

Julio

Pistas 3 y 7.

Mañanas de 9:00 a 14:00 y tardes a partir de las 17:00.

- Del 20 al 24 de julio (inscripciones hasta el miércoles 15 de julio)
- Del 27 al 31 de julio (inscripciones hasta el miércoles 22 de julio)

Agosto

Mañanas de 11:00 a 14:00 (Pista 3) y tardes a partir de las 17:00 (Pistas 3 y 7).

- Del 3 al 7 de agosto (inscripciones hasta el miércoles 29 de julio)
- Del 10 al 14 de agosto (inscripciones hasta el miércoles 5 de agosto)
- Del 17 al 21 de agosto (inscripciones hasta el miércoles 12 de agosto)
- Del 24 al 28 de agosto (inscripciones hasta el miércoles 19 de agosto)

CAMPUS DE PÁDEL

Organizado por la Federación Navarra de Pádel. Licencia obligatoria.

Enfocado a la preparación y competición de menores de categorías infantil, cadete y junior.

Lunes a viernes de agosto, de 9:00 a 15:00.

Comida opcional (8€ por día).

De 13 a 18 años.

Máximo 20 jugadores por tanda.

Técnicos nivel 1 y 2 FNP-CSD-FEP:

Haizea Zamora, Juan Pablo Pereyra e Iñigo Zaratiegui.

Organización por horarios:

Recepción, activación, peloteo condicionado, técnica de golpeo, técnica de desplazamiento, almuerzo (cada jugador de casa), puntos condicionados, táctica, estrategia y piscina.

Precio socios: 40€/semana

Precio no socios: 60€/semana

Inscripciones y más información:

www.federacionnavarradepadel.com
695830922

- Del 3 al 7 de agosto
- Del 10 al 14 de agosto
- Del 17 al 21 de agosto
- Del 24 al 28 de agosto

ACTIVIDADES DEPORTIVAS GRATUITAS PARA ADULTOS

| | LUNES | | | MARTES | | | MIÉRCOLES | | | JUEVES | | | VIERNES | | |
|--|----------|----------|-------|----------|---------|-------|-----------|-------|----------|----------|-------|----------|----------|----------|-------|
| | PATINAJE | SALA 0/I | OTROS | SALA 0/I | FRONTÓN | OTROS | SALA 0/I | OTROS | SALA 0/I | PATINAJE | OTROS | SALA 0/I | PATINAJE | SALA 0/I | OTROS |

Del 29 de junio al 28 de agosto

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|----------------|--|------------------|----------|--|------------------|----------|-------|----------|---------|--|----------|----------|----------|
| 08:00 – 10:00 | | T. FIT | | | | | T. FIT | | | | | | | T. FIT | |
| 10:00 – 11:00 | | TBF | | ZUMBA | SPINNING | | TBF | | ZUMBA | SPINNING | | | | TBF | |
| 11:00 – 12:00 | | BODY T. | | P. SUELTOS SALSA | | | BODY T. | | GAP | | | | T. DANCE | | |
| 12:00 – 13:00 | | S. DANCE | | | | | | | | | | | S. DANCE | | |
| 17:00 – 18:00 | | | | GAP | | | | | | GAP | | | | | |
| 18:00 – 19:00 | | | | AQUAGYM | | | ZUMBA | | | PILATES | AQUAGYM | | | T. FIT | |
| 19:00 – 20:00 | | ZUMBA | | SPINNING | T. FIT | | P. SUELTOS SALSA | SPINNING | | COR/HIP | | | | | SPINNING |
| 20:00 – 21:00 | | GIMNASIA GRAL. | | | T. DANCE | | GIMNASIA GRAL. | | | T. DANCE | | | | S. DANCE | |

(Excepcionalmente entre el 6 y el 19 de julio)

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|--|----------|--|------------------|----------|--|------------------|----------|-------|------------|---------|--|----------|----------|----------|
| 08:00 – 10:00 | | TBF | | | | | TBF | | | | | | | TBF | |
| 10:00 – 11:00 | | T. FIT | | ZUMBA | SPINNING | | T. FIT | | ZUMBA | SPINNING | | | | T. FIT | |
| 11:00 – 12:00 | | BODY T. | | P. SUELTOS SALSA | | | BODY T. | | GAP | | | | T. DANCE | | |
| 12:00 – 13:00 | | S. DANCE | | | | | | | | GIM. GRAL. | | | S. DANCE | | |
| 17:00 – 18:00 | | | | GAP | | | | | | GAP | | | | | |
| 18:00 – 19:00 | | | | AQUAGYM | | | ZUMBA | | | PILATES | AQUAGYM | | | T. FIT | |
| 19:00 – 20:00 | | ZUMBA | | SPINNING | T. FIT | | P. SUELTOS SALSA | SPINNING | | COR/HIP | | | | | SPINNING |
| 20:00 – 21:00 | | | | | T. DANCE | | GIMNASIA GRAL. | | | T. DANCE | | | | S. DANCE | |

CAMPAMENTOS LÚDICOS Y DEPORTIVOS 2020

JOLAS ETA KIROL KANPALEKUA 2020

Inscripciones hasta 15 días antes del comienzo de cada tanda. Reserva online (con usuario del niño/a) y en el teléfono 948 246 594.

EDADES

De 4 a 12 años

HORARIOS

De 9:00 a 14:00 h (sin comida)

Hasta las 16:00 h (con comida)

Servicio de guardería: de 7:45 a 9:00 h

GRUPOS

De 10 personas

Un monitor para cada grupo

Plazas limitadas

Castellano y euskera

TANDAS POR SEMANAS

- Del 13 al 17 de julio
- Del 20 al 24 de julio
- Del 27 al 31 de julio
- Del 3 al 7 de agosto
- Del 10 al 14 de agosto
- Del 17 al 21 de agosto
- Del 24 al 28 de agosto
- Del 31 de agosto al 4 de septiembre

PRECIOS

80 € por tanda

Con comida: 8 € más por día

Posibilidad de traer comida a casa



POR TU SALUD ZURE OSASUNAREN ALDE



AYÚDANOS A GARANTIZAR LA **SEGURIDAD** DE LOS SOCIOS Y TRABAJADORES RESPETANDO LAS NORMAS DE **CONVIVENCIA**

- ✓ Extremando las precauciones de limpieza personal.
- ✓ Utilizando el carnet tanto en la entrada como en la salida.
- ✓ Accediendo a las instalaciones con mascarilla y cuando no se garantice la distancia de seguridad.
- ✓ Evitando la acumulación de personas en la recepción y oficinas.
- ✓ Realizando las gestiones de manera telemática (mail, teléfono y APP).
- ✓ Gestionando las reservas necesarias y anulando las que no vayan a ser utilizadas.
- ✓ Teniendo paciencia y comprensión en los momentos en los que se completen los aforos de las diferentes instalaciones (zonas verdes, merenderos, piscinas, terraza de verano...).
- ✓ Cumpliendo los aforos determinados para cada instalación.
- ✓ Cuidando las zonas verdes, comiendo y bebiendo en los lugares asignados (txoko y merenderos).
- ✓ Colaborando con el personal de supervisión de convivencia.
- ✓ Practicando deporte en las instalaciones deportivas.
- ✓ Teniendo precaución en las piscinas.
- ✓ Respetando las señales de aparcamiento.
- ✓ Cumpliendo los horarios de apertura y cierre.

GRACIAS / ESKERRIK ASKO

¡Disfruta de un verano SEGURO a lo grande!
Gozatu uda SEGURU handi batez!

Ciudad Deportiva Amaya Cuesta Beloso, bajo s/n 31006 Pamplona
Teléfono 948246594 | info@cdamaya.com | www.cdamaya.com