

# PROGRAMA D'ACTIVITATS ESPORTIVES, 2022

## Inscripcions:

a la Regidoria d'Esports, a la Piscina Municipal, de 9.00 a 20.00 hores.

1r: del 13 al 23 de desembre del 2021.

2n: del 14 al 25 de març del 2022.

**3r: del 19 al 30 de setembre del 2022.**

**Durada:** del 10 de gener al 23 de desembre del 2022.

### Torns:

1r torn. Del 10 de gener al 31 de març del 2022.

2n torn. Del 4 d'abril al 23 de juny del 2022.

**3r torn. Del 3 d'octubre al 23 de desembre del 2022.**

## **1. CONDICIONAMENT FÍSIC:**

**Places:** màxim de 15 persones per grup.

### **Horaris:**

MA1: dilluns i dimecres de 9.30 a 10.30 hores.

MA2: dilluns i dimecres de 18.00 a 19.00 hores.

## **2. PILATES:**

**Places:** màxim 15 persones per grup.

### **Horaris:**

PI1: dimarts i dijous de 9.30 a 10.30 hores

PI2: dimarts i dijous de 15.30 a 16.30 hores

PI3: dimarts i dijous de 18.00 a 19.00 hores

PI4: dimarts i dijous de 19.00 a 20.00 hores

PI5: dimarts i dijous de 20.00 a 21.00 hores.

## **3. IOGA:**

**Places:** màxim 15 persones per grup

### **Horaris:**

IO1: dilluns i dimecres de 9.30 a 10.30 hores

IO2: dilluns i dimecres de 15.30 a 16.30 hores

IO3: dilluns i dimecres de 19.00 a 20.00 hores.

IO4: dimarts i dijous de 9.30 a 10.30 hores.

IO5: dimarts i dijous de 15.30 a 16.30 hores

IO6: dimarts i dijous de 19.00 a 20.00 hores.

#### 4. **ZUMBA:**

**Places:** màxim 15 persones per grup.

**Horaris:**

ZU1: dilluns i dimecres de 9.30 a 10.30 hores.

ZU2: dilluns i dimecres de 18.30 a 19.30 hores

ZU3: dilluns i dimecres de 19.30 a 20.30 hores

### PREUS DE LAS ACTIVITATS

ACTIVITATS	1r torn	2n torn	3r torn	ANUAL
UNA ACTIVITAT	25	25	25	75
DOS ACTIVITATS	35	35	35	105
TRES ACTIVITATS	55	55	55	165
QUATRE ACTIVITATS	70	70	70	210
CINC ACTIVITATS	90	90	90	270

## Del 19 al 30 de setembre de 2022

**IOGA:** dilluns 19 de setembre

**ZUMBA:** dimarts 20 de setembre

**PILATES:** dimecres 21 de setembre

**MANTENIMENT:** dijous 22 de setembre

**PLACES LLIURES:**

a partir del divendres 23 fins el divendres 30 de setembre de 2022

de 9.00 a 20.30 hores, a la Piscina Municipal;  
678 18 97 45 ó 680 62 87 70; [esports@nules.es](mailto:esports@nules.es)