

C O M A R C A D E L

matarrana



**ACTIVIDADES DEPORTIVAS
PARA NIÑ@S y ADULTOS**

CURSO 2016-2017

INFORMACIÓN IMPORTANTE

- ⇒ Las actividades deportivas de la Comarca del Matarraña **comenzaran el LUNES 3 DE OCTUBRE DE 2016 y finalizarán el día 9 DE JUNIO DE 2017.**
- ⇒ **Para darse de BAJA** en cualquiera de las actividades, tanto de adultos como de niños/as, será imprescindible **notificarlo por escrito al Departamento de Deportes.** La solicitud para darse de baja se podrá solicitar a los respectivos monitores de deportes o en la Comarca del Matarraña.
- ⇒ Si una vez iniciada la actividad y durante el curso descende la asistencia, la Comarca **estudiará la viabilidad** de la misma, pudiendo interrumpir el desarrollo de la actividad.
- ⇒ Las clases del **MES DE JUNIO** se realizarán sin ningún coste para el usuario y vendrán a compensar las clases que se pueden perder durante el curso por causas relacionadas con la entidad comarcal.
- ⇒ Las clases que se pierdan por motivos ajenos a la Comarca. **NO SE RECUPERARÁN.**
- ⇒ **CUOTAS.** Se fraccionarán en tres recibos:
- **Dos** trimestrales que corresponderán: uno a los meses de octubre-noviembre y diciembre y otro a los meses de enero-febrero y marzo
 - **Uno** bimensual que corresponderá a los meses de abril-Mayo.

⇒ **HORARIOS ACTIVIDADES.** El Departamento de Deportes avisará a los inscritos del comienzo de las actividades, **indicando los días y horas de realización.**

⇒ **PERIODO DE INSCRIPCIÓN:**

El plazo de inscripción finalizará el día

22 de Septiembre de 2016

y para formalizarla se deberá proceder de la siguiente manera:

Rellenar y firmar debidamente la hoja de inscripción que se adjunta con el folleto.

- **ENTREGARLA EN:**

- LOS AYUNTAMIENTOS.
- LA SEDE DE LA COMARCA DEL MATARRAÑA.
DPTO. DE DEPORTES.
- POR FAX: **978 850 497**
- POR CORREO ELECTRÓNICO A

deportes@matarranya.org

deportesmatarranya@hotmail.com

- **O RELLENAR EL FORMULARIO EN LA PAGINA WEB DE LA COMARCA**

En el caso de que algún municipio, a través de AMPAS o asociaciones, este interesado en REALIZAR UNA REUNIÓN INFORMATIVA SOBRE LAS ACTIVIDADES OFERTADAS deberán ponerse en contacto con el Dpto. de deportes llamando al teléfono 978 890 883 para concretar el día y hora de la reunión.

ACTIVIDADES PARA ESCOLARES

1- ATLETISMO (CROSS)

Queremos formar un grupo de niñ@s para **participar como equipo comarcal** en el Circuito Intercomarcal de Cross, así como en los cross que se organizan en otras comarcas.

Esta actividad se podrá realizar a **nivel local o comarcal**, dependiendo del número de niños inscritos.

Dirigida para niños de 6 a 16 años.

☞ **SESIONES:** 1 entreno a la semana de 60 min. de duración.

☞ **CUOTA:** 6 € /mes 1 hora

☞ **CATEGORÍAS** de competición: (según la Federación de Atletismo)

Cadete: 02-03 (2º y 3º ESO)

Infantil: 04-05 (6º PRIM.. y 1º ESO)

Alevín: 06-07 (4º y 5º PRIMARIA)

Benjamín: 08-09 (2º y 3º PRIMARIA)

Prebenjamín: 10-11 (1º y 2º PRIMARIA)

2 - BALONCESTO

☞ **SESIONES:** 1 entreno a la semana de 60 min. de duración.

☞ **CUOTA:** 6 € /mes 1 hora

3- VOLEIBOL

☞ **SESIONES:** 1 entreno a la semana de 60 min. de duración.

☞ **CUOTA:** 6 € /mes 1 hora

4- FÚTBOL SALA

La actividad esta dirigida niños y niñas de 6 a 16 años.

☞ **COMPETICIONES:** comarcales e intercomarcales.

☞ **SESIONES:** 1 entreno a la semana de 60 min. de duración.

☞ **CUOTA:** 6 € /mes 1 hora

☞ **CATEGORÍAS** de competición

* Cadete: 01-02 (3º y 4º ESO) * Infantil: 03-04 (1º y 2º ESO)

* Alevín: 05-06 (5º y 6º PRIMARIA) * Benjamín: 07-08 (3º y 4º PRIMARIA)

* Prebenjamín: 09-10 (1º y 2º PRIMARIA)

5- TENIS

☞ **SESIONES:** 1 entreno a la semana de 60 min. de duración.

☞ **CUOTA:** 6 € /mes 1 hora

6- PADEL

Se realizara en la pista de Padel de La Fresneda.

☞ **SESIONES:** 1 entreno a la semana de 60 min. .

☞ **CUOTA:** 6 € /mes 1 hora

7- PSICOMOTRICIDAD

Actividad destinada a niños/as de **entre 3 y 5 años** .

☞ **SESIONES:** 1 clase a la semana de 60 min.

☞ **CUOTA:** 6 € /mes 1 hora

8- ESCUELAS PREDEPORTIVAS

☞ **SESIONES:** 1 clase a la semana de 60 min. de duración.

☞ **CUOTA:** 6 € /mes 1 hora

9- AJEDREZ

Participación en **encuentros comarcales e intercomarcales**

☞ **SESIONES:** 1 clase a la semana de 60 min. de duración.

☞ **CUOTA:** 6 € /mes 1 hora

10- PATINAJE ARTISTICO

☞ **SESIONES:** 1 clase a la semana de 60 min. de duración.

☞ **CUOTA:** 8 € /mes 1 hora

11- GIMNASIA RÍTMICA

☞ **CUOTAS:** 15 €/mes 1 h/semana

18 €/mes 1h 30' /semana

Esta actividad se realizará los sábados por la mañana.

12- BAILES DE SALÓN

☞ **SESIONES:** 1 clase a la semana de 60 min. de duración.

☞ **CUOTA:** 8 € /mes 1 hora

13- ZUMBA INFANTIL

☞ **SESIONES:** 1 clase a la semana de 60 min. de duración.

☞ **CUOTA:** 8 € /mes 1 hora

14- TAI-CHI /KUNG-FU

☞ **SESIONES:** 1 clase a la semana de 60 min. de duración

☞ **CUOTA:** 8 € /mes 1 hora

ACTIVIDADES PARA ADULTOS

1- GIMNASIA MANTENIMIENTO

☞ **SESIONES:** 2 clases a la semana de 50 min.

☞ **CUOTA:** 7 €/mes.

2- GIMNASIA DE MAYORES

☞ **SESIONES:** 2 clases a la semana de 50 min.

☞ **CUOTA:** 7 €/mes.



3- PILATES

☞ **SESIONES:** 2 clases a la semana de 50 min.

☞ **CUOTA:** 8,75 € /mes

4- AEROBIC

☞ **SESIONES:** 2 clases a la semana

☞ **CUOTA:** 11,30 €/Mes

5- FUTBOL SALA

☞ **SESIONES:** 1 clase a la semana de 60 min.

CUOTA: 6 €/mes 1 hora semana

6 - BAILES DE SALÓN

☞ **SESIONES:** 1 clase a la semana de 60 min.

☞ **CUOTA:** 19 € /mes 1 hora semana/individual

38 €/mes 1 hora semana /pareja

7 - COREOGRAFÍAS EN LINEA/SALSA

☞ **SESIONES:** 1 clase a la semana de 60 min.

☞ **CUOTA:** 19 € /mes 1 hora semana/individual

8 - ZUMBA

☞ **SESIONES:** 2 clase a la semana de 60 min.

☞ **CUOTA:** 11,30 €/mes

9 - TENIS ADULTOS

☞ **SESIONES:** 1 clase a la semana de 60 min.

CUOTA: 8 €/mes 1 hora semana

10 - PADEL

Se realizara en la pista de Padel de La Fresneda

☞ **SESIONES:** 1 clase a la semana de 60 min.

CUOTA: 8 €/mes 1 hora semana



11 - YOGA

☞ **SESIONES:** 1 clase a la semana de 60 min.

☞ **CUOTA:** 20 € /mes 1 hora semana

12 - TAI -CHI / KUNG-FU

☞ **SESIONES:** 1 clase a la semana de 60 min.

☞ **CUOTA:** 8 €/mes 1 hora semana

ACTIVIDADES PUNTUALES

CURSO 2016-2017

XVI MARCHA SENDERISTA COMARCA DEL MATARRAÑA

- DÍA: 12 DE MARZO

- LOCALIDAD: PEÑARROYA DE TASTAVINS

XIV CROSS COMARCAL

- DÍA: 26 DE MARZO

- LOCALIDAD: RAFALES

JORNADA CONVIVENCIA ACTIVIDADES ADULTOS

- DÍA: 13 DE JUNIO

- LOCALIDAD: LA PORTELLADA

FESTIVAL COMARCAL DE PATINAJE

- DÍA: 28 DE MAYO.

- LOCALIDAD: POR DETERMINAR









JORNADAS AJEDREZ

- 27 DE NOVIEMBRE

- 29 DE ENERO

- 12 DE FEBRERO

CALENDARIO ACTIVIDADES DEPORTIVAS CURSO 2016-2017																						
Octubre				Noviembre				Diciembre														
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D		
					1	2	1	2	3	4	5	6				1	2	3	4			
3	4	5	6	7	8	9	7	8	9	10	11	12	13	5	6	7	8	9	10	11		
10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20	12	13	14	15	16	17	18		
17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27	19	20	21	22	23	24	25		
24	25	26	27	28	29	30	28	29	30					26	27	28	29	30	31			
31																						
Enero				Febrero				Marzo														
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D		
						1				1	2	3	4	5				1	2	3	4	5
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12	6	7	8	9	10	11	12		
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19	13	14	15	16	17	18	19		
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26	20	21	22	23	24	25	26		
23	24	25	26	27	28	29	27	28						27	28	29	30	31				
30	31																					
Abril				Mayo				Junio														
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D		
					1	2	1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4		
3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11		
10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18		
17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25		
24	25	26	27	28	29	30	29	30	31					26	27	28	29	30				

	Vacaciones Navidad del 24 de Diciembre al 6 de Enero.
	Vacaciones Semana Santa del 11 al 17 de Abril.
	Marcha Senderista Peñarroya 12 de Marzo.
	Cross Comarcal Ráfales, 26 de Abril.
	Jornada de convivencia Adultos La Portellada, 13 de Junio.
	Final de Curso Patinaje 28 de Junio.
	Jornadas de Ajedrez.
	* 27 de Noviembre Valdeltormo
	* 29 de Enero Beccite
	* 12 de Febrero Valjunquera
	Comienzo actividades de Verano.

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

COMARCA DEL MATARRAÑA/MATARRANYA.

Departamento de Deportes.

Avda. Cortes de Aragón, 7

44580 Valderrobres (Teruel)

Teléfonos: 978.890.883– 660.483.677

www.comarcamatarranya.es

 comarcamatarrañadeportes

deportes@matarranya.org

deportesmatarranya@hotmail.com

*Se puede obtener el folleto y la hoja de inscripción en la pagina web. www.comarcamatarranya.es

TODAS LAS ACTIVIDADES SE PODRÁN REALIZAR EN CUALQUIERA DE ESTOS MUNICIPIOS DE LA COMARCA DEL MATARRAÑA.

Arens de Lledó	Beccite	Calaccite
Cretas	Fórnoles	La Fresneda
Fuentespalda	Lledó	Mazaleón
Monroyo	Peñarroya de Tastavins	La Portellada
Ráfales	Torre de Arcas	Torre del Compte
Valdeltormo	Valjunquera	