

SITUACIÓN



INSTALACIONES

- 1 **C.D.M. EL SEGALAR**
 Pabellón (637 937 720)
 Pistas Polideportivas
 Rocódromo
 Bulder
 Piscinas Municipales (677 489 882)
- 2 **C.D.M. LOS OLMOS**
 Polideportivo (677 489 880)
 Pista de Atletismo
 Pistas Polideportivas
 Pistas de Tenis
 Sala de Actividades
 Campo de Fútbol (671 576 171)
 Espacios Deportivos Diversos
 Parque Deportivo
- 3 **ZONA DEPORTIVA VÍCTOR MENDOZA**
- 4 **ZONA DEPORTIVA I.E.S. SIERRA DE SAN QUIÉZ**
- 5 **RECINTO FERIAL**
- 6 **CAMPO DE TIRO - CAMPO DE VUELO**
- 7 **OF. CONCEJALÍA DE DEPORTES**

ENTIDADES Y CLUBES DEPORTIVOS

CLUB CICLISTA BINÉFAR 2010
 Disciplina Deportiva: Ciclismo
 Tel. 635 857 294
 clubciclistabinefar@gmail.com

ASOCIACIÓN DEPORTIVA ATLÉTICO BINÉFAR
 Disciplina Deportiva: Fútbol
 Tel. 625 264 540
 atleticobinefar@hotmail.com

CLUB BÁDMINTON BINÉFAR
 Disciplina Deportiva: Bádminton
 Tel. 620 339 306
 clubbadbinefar@hotmail.com

CLUB TENIS BINÉFAR
 Disciplina Deportiva: Tenis
 Tel. 616 888 695
 tenisbinefar@gmail.com

CLUB ATLETISMO BINÉFAR
 Disciplina Deportiva: Atletismo
 Tel. 676 316 063
 atletismobnf@gmail.com

C.D. PESCADORES BINÉFAR-LA LITERA
 Disciplina Deportiva: Pesca
 Tel. 669 000 867
 c.d.pescadoresbinefar@hotmail.com

CLUB DEPORTIVO BINÉFAR
 Disciplina Deportiva: Fútbol
 Tel. 605 932 064
 info@cdbinefar.com

CLUB DE JUDO BINÉFAR
 Disciplina Deportiva: Judo
 Tel. 620 803 063
 clubjudobinefar@gmail.com

A.D. VOLEIBOL BINÉFAR
 Disciplina Deportiva: Voleibol
 Tel. 620 474 848
 maxlob@hotmail.es

CLUB KICK-COBRA BINÉFAR
 Disciplina Deportiva: Kickboxing
 Tel. 677 834 635
 kick-cobra@hotmail.com

CLUB LITERA MONTAÑA
 Disciplina Deportiva: Montaña - Senderismo - Escalada...
 Tel. 649 848 619
 clublitera@hotmail.com

CLUB FÚTBOL BASE BINÉFAR
 Disciplina Deportiva: Fútbol
 Tel. 627 497 774
 club@futbolbasebinefar.com

CLUB DE GOLF BINÉFAR
 Disciplina Deportiva: Golf
 Tel. 670 428 444
 C/ Peralta, 7

CLUB AJEDREZ BINÉFAR
 Disciplina Deportiva: Ajedrez
 Tel. 653 909 546
 robtierno@hotmail.com

SOCIEDAD DE CAZA Y TIRO
 Disciplina Deportiva: Caza y Tiro
 Tel. 629 408 833
 tagonse@renault.es

AGRUP. VETERANOS C.D. BINÉFAR
 Disciplina Deportiva: Fútbol
 Tel. 619 459 717
 jlfondevila@telefonica.net

CLUB RÍTMICA BINÉFAR
 Disc. Deportiva: Gimnasia Rítmica
 Tels. 669 801 537
 ritmicabinefar@hotmail.com

C. D. BALONCESTO BINÉFAR
 Disciplina Deportiva: Baloncesto
 Tel. 622 364 790
 baloncestobinefar@hotmail.com



GOBIERNO DE ARAGON

COLABORA



ORGANIZA

OFICINA DEPORTES
 Plaza España, 1 - 2ª planta
 Tel. 974 428 100 (Ext. Deportes)
 deportesbinefar@binefar.es

DEPORTES
 AYUNTAMIENTO DE BINÉFAR
 bnf

bnf
 AYUNTAMIENTO DE BINÉFAR
 DEPORTES

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

Actividades Deportivas Municipales de Binéfar

2015/2016

ACTIVIDADES PARA NIÑOS Y JÓVENES

PSICOMOTRICIDAD: PATINAJE + ACTIVIDAD PSICOMOTRIZ (Control y conciencia corporal, habilidades motrices básicas y específicas, juegos y expresión corporal).

INICIACIÓN DEPORTIVA: PATINAJE + ACTIVIDAD LÚDICO DEPORTIVA (Juegos, iniciación deportes colectivos e individuales).

MULTIDEPORTE: PATINAJE + ACTIVIDAD LÚDICO DEPORTIVA (Juegos, iniciación deportes colectivos e individuales).

BAILES MODERNOS Y COREOGRAFÍAS

ACTIVIDAD	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PLAZAS	PRECIO	INICIO	FIN
PATINAJE Y ACTIVIDAD PSICOMOTRIZ [G1]	Nacidos en 2010 - 2011	L / X	17:10 a 18:00 h.	CDM EL SEGALAR RECINTO FERIAL (PATINAJE)	25	13,00 €/mes	1 de octubre	31 de mayo
PATINAJE Y ACTIVIDAD PSICOMOTRIZ [G2]	Nacidos en 2010 - 2011	M / J	17:10 a 18:00 h.	CDM EL SEGALAR RECINTO FERIAL (PATINAJE)	25	13,00 €/mes	1 de octubre	31 de mayo
PATINAJE Y ACTIVIDAD LUDICODEPORTIVA [G3]	Nacidos en 2008 - 2009	M / J	18:10 a 19:00 h.	CDM EL SEGALAR RECINTO FERIAL (PATINAJE)	25	13,00 €/mes	1 de octubre	31 de mayo
		V	17:10 a 18:00 h.					
PATINAJE Y ACTIVIDAD LUDICODEPORTIVA [G4]	Nacidos del 2004 al 2007	L / X / V	18:10 a 19:00 h.	CDM EL SEGALAR RECINTO FERIAL (PATINAJE)	25	13,00 €/mes	1 de octubre	31 de mayo
BAILES MODERNOS Y COREOGRAFÍAS	Nacidos del 2004 al 2009	M / J	17:10 a 18:00 h.	CDM LOS OLMOS	20	13,00 €/mes	1 de octubre	31 de mayo

ACTIVIDADES PARA ADULTOS

AERO-ZUMBA-STEP Y FITNESS: Actividades deportivas dirigidas con soporte musical (aerobic, zumba, step) y fitness (GAP, fitball, hipopresivos, etc.).

DEPORTE PARA ADULTOS: Deportes colectivos y juegos. Mejora de la condición física (tonificación, resistencia cardiovascular, fuerza, flexibilidad e hipopresivos).

ENTRENAMIENTO FUNCIONAL: Actividad física basada en ejercicios cortos e intensos que mejoran la flexibilidad, movilidad, equilibrio y fuerza.

GAP Y TONIFICACIÓN: Actividad física dirigida a los grupos gluteos, abdominales y piernas, combinado con tonificación corporal general.

SPINBICI: Actividad cardiovascular sobre una bicicleta estática en la cual varía la frecuencia e intensidad del pedaleo, todo ello con soporte musical.

PILATES: Entrenamiento físico y mental que combina movimientos dinámicos, fuerza muscular, control postural, respiración y relajación.

ACTIVIDAD	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PLAZAS	PRECIO	INICIO	FIN
AERO-ZUMBA-STEP-FITNESS [G1]	De 16 a 60 años	M / J	09:30 a 10:20 h.	CDM EL SEGALAR	30	15,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
AERO-ZUMBA-STEP-FITNESS [G2]	De 16 a 60 años	L / X	19:10 a 20:00 h.	CDM EL SEGALAR	30	15,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
DEPORTE PARA ADULTOS [G1]	De 16 a 60 años	L / X / V	15:00 a 15:50 h.	CDM EL SEGALAR	30	20,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
DEPORTE PARA ADULTOS [G2]	De 16 a 60 años	L / M / X / J / V	21:10 a 22:00 h.	CDM EL SEGALAR	30	27,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
 ENTRENAMIENTO FUNCIONAL [G1]	De 16 a 60 años	L / X / V	20:10 a 21:00 h.	CDM LOS OLMOS	10	20,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
 ENTRENAMIENTO FUNCIONAL [G2]	De 16 a 60 años	M / J	20:10 a 21:00 h.	CDM LOS OLMOS	10	15,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
 GAP Y TONIFICACIÓN [G1]	De 16 a 60 años	M / J	19:10 a 20:00 h.	CDM LOS OLMOS	20	15,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
 GAP Y TONIFICACIÓN [G2]	De 16 a 60 años	M / J	21:10 a 22:00 h.	CDM LOS OLMOS	20	15,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio

ACTIVIDAD	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PLAZAS	PRECIO	INICIO	FIN
SPINBICI [G1]	De 16 a 60 años	L / X / V*	09:30 a 10:20 h.	CDM LOS OLMOS	30	20,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
SPINBICI [G2]	De 16 a 60 años	L / X / V*	15:00 a 15:50 h.	CDM LOS OLMOS	30	20,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
SPINBICI [G3]	De 16 a 60 años	L / X / V*	19:10 a 20:00 h.	CDM LOS OLMOS	30	20,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
SPINBICI [G4]	De 16 a 60 años	L / X / V*	20:10 a 21:00 h.	CDM LOS OLMOS	30	20,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
SPINBICI [G5]	De 16 a 60 años	L / X / V*	21:10 a 22:00 h.	CDM LOS OLMOS	30	20,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
SPINBICI [G6]	De 16 a 60 años	M / J / V*	20:30 a 21:20 h.	CDM LOS OLMOS	30	20,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio

* La sesión del viernes se podrá realizar en el horario que se desee de los 6 ofertados (solo 1 sesión).

ACTIVIDAD	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PLAZAS	PRECIO	INICIO	FIN
PILATES [G1]	De 16 a 60 años	L / X	18:00 a 18:50 h.	CDM LOS OLMOS	15	15,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
PILATES [G2]	De 16 a 60 años	M / J	18:10 a 19:00 h.	CDM LOS OLMOS	15	15,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
PILATES [G3]	De 16 a 60 años	M / J	19:10 a 20:00 h.	CDM LOS OLMOS	15	15,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio

• Los usuarios inscritos en 2 actividades tendrán una bonificación del 20% en el importe de la suma de éstas.

• No está permitida la asistencia a una actividad y/o grupo en la que no se está inscrito.

ACTIVIDADES PARA MAYORES

- Ejercicios y actividades físicas dirigidas al trabajo cardiovascular, de tonificación muscular y de flexibilidad.
- Juegos, habilidades motrices y deportes adaptados.
- Capacidades cognitivas; atención, memoria, concentración...
- Expresión y conciencia corporal.

ACTIVIDAD	EDAD	DÍAS	HORARIO	INSTALACIÓN	PLAZAS	PRECIO	INICIO	FIN
ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS [G1]	A partir de 61 años	L / X	10:40 a 11:30 h.	CENTRO DE DÍA	15	13,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
		V	10:30 a 11:20 h.					
ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS [G2]	A partir de 61 años	M / J	10:40 a 11:30 h.	CENTRO DE DÍA	15	13,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
		V	11:20 a 12:10 h.					
ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS [G3]	A partir de 61 años	L / X / V	16:10 a 17:00 h.	CDM EL SEGALAR	30	13,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio
ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS [G4]	A partir de 61 años	M / J / V	16:10 a 17:00 h.	CDM EL SEGALAR	30	13,00 €/mes	1 de octubre	30 de junio

INFORMACIÓN GENERAL

PLAZAS

En cada grupo existe un número limitado de plazas, creándose una lista de espera para aquellos que no puedan acceder a la actividad.

Asimismo la Concejalía de Deportes podrá suprimir aquellas actividades que no alcancen un porcentaje de inscritos del 75%.

PAGO Y PRECIO

Se realizará mediante domiciliación bancaria. El cobro se realizará una vez transcurrido el mes que se ha realizado la actividad.

A partir del 1 de enero los precios de las actividades podrán ser modificados según aprobación de tasas para el nuevo ejercicio 2016.

Los usuarios de las actividades que sean familia numerosa, pensionistas o presenten discapacidad tendrán una bonificación de la tarifa correspondiente.

BAJAS

Las bajas se realizarán en la oficina de la Concejalía de Deportes. Deberán ser presentadas en los últimos días del mes al que se quiere acudir. No se tramitan bajas ni por teléfono ni correo electrónico.

INSCRIPCIONES

Desde el lunes 21 de septiembre en la Oficina de la Concejalía de Deportes, en horario de 09.00 a 13.30 horas. (Ayuntamiento de Binéfar, Plaza España 1, segunda planta). No se tramitan altas ni por teléfono ni por correo electrónico.

Un usuario únicamente podrá tramitar su alta y/o la de otro usuario más, (salvo usuarios pertenecientes a una misma familia).

NOVEDADES



ENTRENAMIENTO FUNCIONAL
GAP Y TONIFICACIÓN