

## CIRCUITO EASY LINE (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
G. Molina	Cardio+Fuerza	10:30 a 11:00	L,X	1994-1951	12 □
G. Molina	Cardio+Fuerza	10:30 a 11:00	M,J	1994-1951	12 □
G. Molina	Cardio+Fuerza	11:00 a 11:30	L,X	1994-1951	12 □
G. Molina	Cardio+Fuerza	11:00 a 11:30	M,J	1994-1951	12 □
G. Molina	Cardio+Fuerza	11:30 a 12:00	L,X	1994-1951	12 □
G. Molina	Cardio+Fuerza	11:30 a 12:00	M,J	1994-1951	12 □
G. Molina	Cardio+Fuerza	12:00 a 12:30	L,X	1994-1951	12 □
G. Molina	Cardio+Fuerza	12:00 a 12:30	M,J	1994-1951	12 □
G. Molina	Cardio+Fuerza	17:00 a 17:30	L,X	1994-1951	12 □
G. Molina	Cardio+Fuerza	17:00 a 17:30	M,J	1994-1951	12 □
G. Molina	Cardio+Fuerza	17:30 a 18:00	L,X	1994-1951	12 □
G. Molina	Cardio+Fuerza	17:30 a 18:00	M,J	1994-1951	12 □
G. Molina	Cardio+Fuerza	20:00 a 20:30	L,X	1994-1951	12 □
G. Molina	Cardio+Fuerza	20:00 a 20:30	M,J	1994-1951	12 □
G. Molina	Cardio+Fuerza	20:30 a 21:00	L,X	1994-1951	12 □
G. Molina	Cardio+Fuerza	20:30 a 21:00	M,J	1994-1951	12 □

## ESGRIMA (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
Casino Militar	Iniciación	1J:00 a 12:00	L,M	1951-1994	12€
Casino Militar	Perfec.	18:00 a 19:00	L,M,J	1994-2003	<16 7,95 □ >16 15,90□
Casino Militar	Perfec.	18:30 a 20:00	L,M,J,V	1991-1997	<16 12 □ >16 24,90□

## MANTENIMIENTO FITNESS (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
G. Molina	Mant.-Fitness	9:30 a 10:30	L,M,J	1951-1994	20,65 □
G. Molina	Mant.-Fitness	10:30 a 11:30	L,M,J	1951-1994	20,65 □

## G. MANTENIMIENTO (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
Díaz Flor	Mantenimiento	9:30 a 10:30	L,X	1951-1994	12 □
Díaz Flor	Mantenimiento	10:30 a 11:30	L,X	1951-1994	12 □
G. Molina	Mantenimiento	9:30 a 10:30	M,J	1951-1994	12 □
G. Molina	Mantenimiento	10:30 a 11:30	M,J	1951-1994	12 □

## PILATES (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
Díaz Flor	Cuerpo-Mente	9:00 a 09:50	M y J	1951-1994	12 □
Díaz Flor	Cuerpo-Mente	16:00 a 16:50	M y J	1951-1994	12 □
Díaz Flor	Cuerpo-Mente	17:00 a 17:50	M y J	1951-1994	12 □
Díaz Flor	Cuerpo-Mente	16:00 a 16:50	L y X	1951-1994	12 □

## (10-01-2011 a 31-05-2011)

G. Molina	Cuerpo-Mente	9:30 a 10:20	L,X,V	1951-1994	15,90 □
G. Molina	Cuerpo-Mente	18:00 a 18:50	L,X,V	1951-1994	15,90 □
G. Molina	Cuerpo-Mente	19:00 a 19:50	M,J	1951-1994	12 □

## TENIS (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
P. Mediterráneo	Adultos 1	20:00 a 21:00	L,X	1951-1994	12 □
P. Mediterráneo	Adultos 2	19:00 a 20:00	M,J	1951-1994	12 □
P. Mediterráneo	Adultos 3	20:00 a 21:00	M,J	1951-1994	12 □

## MANTENIMIENTO MAYORES (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
Díaz Flor	G. Mantenimiento	10:30 a 11:30	M,J	1950 y ant.	GRATUITO
G. Molina	G. Mantenimiento	10:30 a 11:30	L,X	1950 y ant.	GRATUITO

## EQUITACIÓN (13-09-2010 a 30-06-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
C. Ecuestre	Pony Cuerda	10:00 a 14:00	S,D	2002-2006	35,80 □
C. Ecuestre	Pony Cuerda	17:00 a 20:00	S,D	2002-2006	35,80 □
C. Ecuestre	Pony Cuerda	17:00 a 19:00	M,J	2002-2006	35,80 □
C. Ecuestre	Pony Manejab.	10:00 a 14:00	S,D	1999-2002	35,80 □
C. Ecuestre	Pony Manejab.	17:00 a 20:00	S,D	1999-2002	35,80 □
C. Ecuestre	Pony Manejab.	17:00 a 18:00	M,J	1999-2002	35,80 □
C. Ecuestre	Caballo Inicia.	10:00 a 14:00	S,D	1992-1999	<16 35,80□ >16 43,75□
C. Ecuestre	Caballo Inicia.	18:00 a 19:00	M,J	1992-1999	<16 35,80□ >16 43,75□

## ESGRIMA (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
Casino Militar	Iniciación	18:00 a 19:00	L,M	1994-2003	<16 6 □ >16 12 □
Casino Militar	Perfec.	18:00 a 19:00	L,M,J	1994-2003	<16 7,95 □ >16 15,90□

## FÚTBOL (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
Campo 54	Fútbol	16:30 a 17:30	L,X	2001-2003	2,60 □
Campo 54	Fútbol	17:30 a 18:30	L,X	1998-2000	2,60 □
Santa Amelia	Fútbol-SALA	17:00 a 18:00	L,X	2001-2003	2,60 □
Santa Amelia	Fútbol-SALA	17:00 a 18:00	M,J	1998-2000	2,60 □

## GIMNASIA RÍTMICA (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
G. Molina	Aprendizaje	16:00 a 18:00	L,X,V	1996-2000	9,95 □
G. Molina	Aprendizaje	16:00 a 18:00	M,J,V	2000-2002	9,95 □
G. Molina	Aprendizaje	16:00 a 18:00	L,X	1997-2001	7,50 □
G. Molina	Iniciación	18:00 a 19:00	L,X	2000-2003	6 □
G. Molina	Iniciación	18:00 a 19:00	L,X	2000-2002	6 □
G. Molina	Iniciación	17:00 a 18:00	M,J	2002-2004	6 □
G. Molina	Iniciación	18:00 a 19:00	M,J	2000-2004	6 □

## MULTIDEPORTIVA (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
Díaz Flor	Motricidad Básica	16:00 a 17:00	M,J	2005-2006	6 □
Díaz Flor	Motricidad Básica	17:00 a 18:00	M,J	2005-2006	6 □
Campoamor	Motricidad Básica	16:00 a 17:00	L,X	2005-2006	6 □
Campoamor	Motricidad Básica	17:00 a 18:00	L,X	2005-2006	6 □

## PADEL (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
P. Mediterráneo	Pádel	15:00 a 16:00	L,X	1996-2002	6 □
P. Mediterráneo	Pádel	16:00 a 17:00	L,X	2000-2002	6 □
P. Mediterráneo	Pádel	17:00 a 18:00	L,X	1996-1999	6 □
P. Mediterráneo	Pádel	16:00 a 17:00	M,J	2000-2002	6 □
P. Mediterráneo	Pádel	17:00 a 18:00	M,J	2000-2002	6 □
P. Mediterráneo	Pádel	18:00 a 19:00	M,J	1996-1999	6 □

## PIRAGÜISMO (13-09-2010 a 17-06-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
Pantano Renegado	Piragüismo	6:30 a 19:30	L,X,V	1997-2000	5,30 □
Pantano Renegado	Piragüismo	16:30 a 19:30	M,J	1996	4,05 □

## TAEKWONDO (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
Díaz Flor	Taekwondo	17:00 a 18:00	L,X,V	2003-2005	7,95 □
Díaz Flor	Taekwondo	18:00 a 19:00	L,X,V	2000-2002	7,95 □
Díaz Flor	Taekwondo	19:00 a 20:00	L,X,V	1996-1999	7,95 □

## TRIATLÓN (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
Díaz Flor	Iniciación	18:00 a 20:00	M,J	1994-2001	<16 7,50□ >16 15□
Díaz Flor	Perfeccionamiento	18:00 a 20:00	L,X,V	1994-2001	<16 9,95□ >16 19,90□

## TENIS (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
P. Mediterráneo	Iniciación A1	16:00 a 17:00	L,X	2001-2003	6 □
P. Mediterráneo	Iniciación B1	17:00 a 18:00	L,X	1998-2000	6 □
P. Mediterráneo	Perfecc. A1	18:00 a 19:00	L,X	1995-1997	6 □
P. Mediterráneo	Iniciación C1	19:00 a 20:00	L,X	1995-1997	6 □
P. Mediterráneo	Iniciación A2	16:00 a 17:00	M,J	2001-2003	6 □
P. Mediterráneo	Iniciación B2	17:00 a 18:00	M,J	1998-2000	6 □
P. Mediterráneo	Perfecc. B1	18:00 a 19:00	M,J	1998-2000	6 □

## CALENDARIO 2010 - 2011 • INSTITUTO CEUTÍ DE DEPORTES

Septiembre 2010	Octubre 2010	Noviembre 2010	Diciembre 2010
L M M J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	L M M J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M M J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	L M M J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31



Enero 2011	Febrero 2011	Marzo 2011	Abril 2011	Mayo 2011
L M M J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M M J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28	L M M J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31	L M M J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30	L M M J V S D 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

DÍAS FESTIVOS • DÍAS LECTIVOS  
13 SEPT. INICIO ACTIVIDAD  
31 MAYO FIN ACTIVIDAD \* EXCEPCIONES: EQUITACIÓN Y ACT. ACUÁTICAS (30/06/11) • PIRAGÜISMO (17/06/11)

# ACTIVIDADES PARA ADULTOS

## ACONDICIONAMIENTO FÍSICO (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
Díaz Flor	Mantenimiento	9:30 a 10:30	L,X,J	1951-1994	20,65 □
Díaz Flor	Mantenimiento	10:30 a 11:30	L,X,J	1951-1994	20,65 □

## AERODANCE (10-01-2011 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
G. Molina	Aerobic Coreografiado	9:30 a 10:30	M,J	1951-1994	12 €
G. Molina	Aerobic Coreografiado	18:00 a 19:00	M,J	1951-1994	12 €
G. Molina	Aerobic Coreografiado	19:00 a 20:00	L,X,V	1951-1994	15,90 €

## BAILES LATINOS DEPORTIVOS (13-09-2010 a 31-05-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
Díaz Flor	Cardio+Baile Latino	10:00 a 11:00	L,X	1994-1951	12 □
Díaz Flor	Cardio+Baile Latino	10:00 a 11:00	M,J	1994-1951	12 □

## EQUITACIÓN (13-09-2010 a 30-06-2011)

LUGAR	ACTIVIDAD	HORAS	DÍAS	EDAD	PRECIO
C. Ecuestre	Caballo Adultos	17:00 a 20:00	S,D	1951-1994	43,75 □
C. Ecuestre	Caballo Adultos	18:00 a 19:00	M,J	1951-1994	43,75 □
C. Ecuestre	Rutas a Caballo	17:30 a 18:30	SAB	1951-1994	21,90 □
C. Ecuestre	Rutas a Caballo	11:00 a 13:00	DOM	1951-1994	21,90 □
C. Ecuestre	Rutas a Caballo	17:30 a 18:30	DOM	1951-1994	21,90 □
C. Ecuestre	Enganches	19:00 a 20:30	X	1951-1994	43,75 □
C. Ecuestre	Enganches	19:00 a 20:30	V	1951-1994	43,75 □