

**GINNASIA DE
MANTENIMIENTO**

HOGAR DEL PENSIONISTA



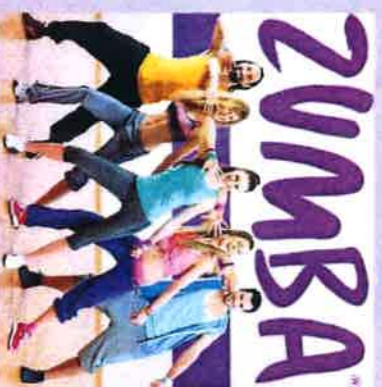
DÍAS:
Lunes - Miércoles - Viernes

TORNOS:
1º turno de 9:00h a 10:00h
2º turno de 10:00h a 11:00h

CUOTA MENSUAL:
6 euros

ZUMBA

POLIDEPORTIVO



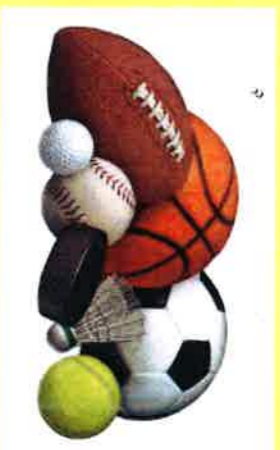
DÍAS:
Lunes - Miércoles

HORARIO:
de 19:30h a 20:30h

CUOTA MENSUAL:
6 euros
(Menores de 15 años gratis)

MULTIDEPORTES

POLIDEPORTIVO



INFANTIL (nacidos 2014 y 2015)

Martes - Jueves
De 15:30h a 16:30h

1º, 2º Y 3º DE PRIMARIA
Lunes - Miércoles
De 16:00h a 17:00h

4º, 5º Y 6º DE PRIMARIA
Martes - Jueves
De 16:30h a 17:30h

CUOTA MENSUAL:
GRATIS

BALONMANO

POLIDEPORTIVO



DÍAS y HORARIO:

Categoría Benjamín (3º y 4º Primaria)
Lunes - Miércoles 18:00h a 19:00h

Categoría Alevín (5º y 6º Primaria)
Martes - Jueves 17:30h a 18:30h

PARTIDOS:
Viernes 16:00h a 19:00h

CURSOS:
3º, 4º, 5º y 6º Primaria

CUOTA MENSUAL:
GRATIS

TONIFICACIÓN+G.A.P.

**GLUTEOS-ABDOMINALES-PIERNAS
ENTRENAMIENTO FUNCIONAL**

POLIDEPORTIVO



DÍAS:
Lunes - Miércoles

HORARIO:
de 19:00h a 19:30h

CUOTA MENSUAL:
3 euros

- Mejora la movilidad general, tanto articular como muscular.
- Al entrenar movimientos, tiene un mayor gasto calórico, lo que favorece a la disminución de grasas.
- Es divertido, porque utiliza distintos materiales y movimientos que colaboran al entrenamiento lúdico y se puede realizar en grupo favoreciendo así la integración entre los participantes

**ZUMBA PARA
NIÑ@S**

POLIDEPORTIVO



Clases Zumba
para niños

DÍAS:
Lunes - Miércoles

HORARIO:
de 17:00h a 18:00h

CUOTA MENSUAL:
Gratis

DESTINADO
A niños desde los 4 años hasta los 14 años

COMIENZO DE TODAS LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS

1 de Octubre

INSCRIPCIONES

Oficina Municipal del Ayuntamiento de Obejo
(de lunes a viernes de 9h a 14h)

Polideportivo Municipal (lunes y miércoles de 16h a 18h)
A partir del 30 de Septiembre

IMPORTANTE

Puede haber posibles cambios de horarios según inscripciones

Plazas Limitadas (excepto en zumba y balonmano)

El horario de multideportes, balonmano y zumba de niños terminarán 5 minutos antes del comienzo de la siguiente clase

ORGANIZA:



**AYUNTAMIENTO
DE OBEJO**

COLABORAN:



Diputación
de Córdoba

C.E.I.P. Santa Bárbara