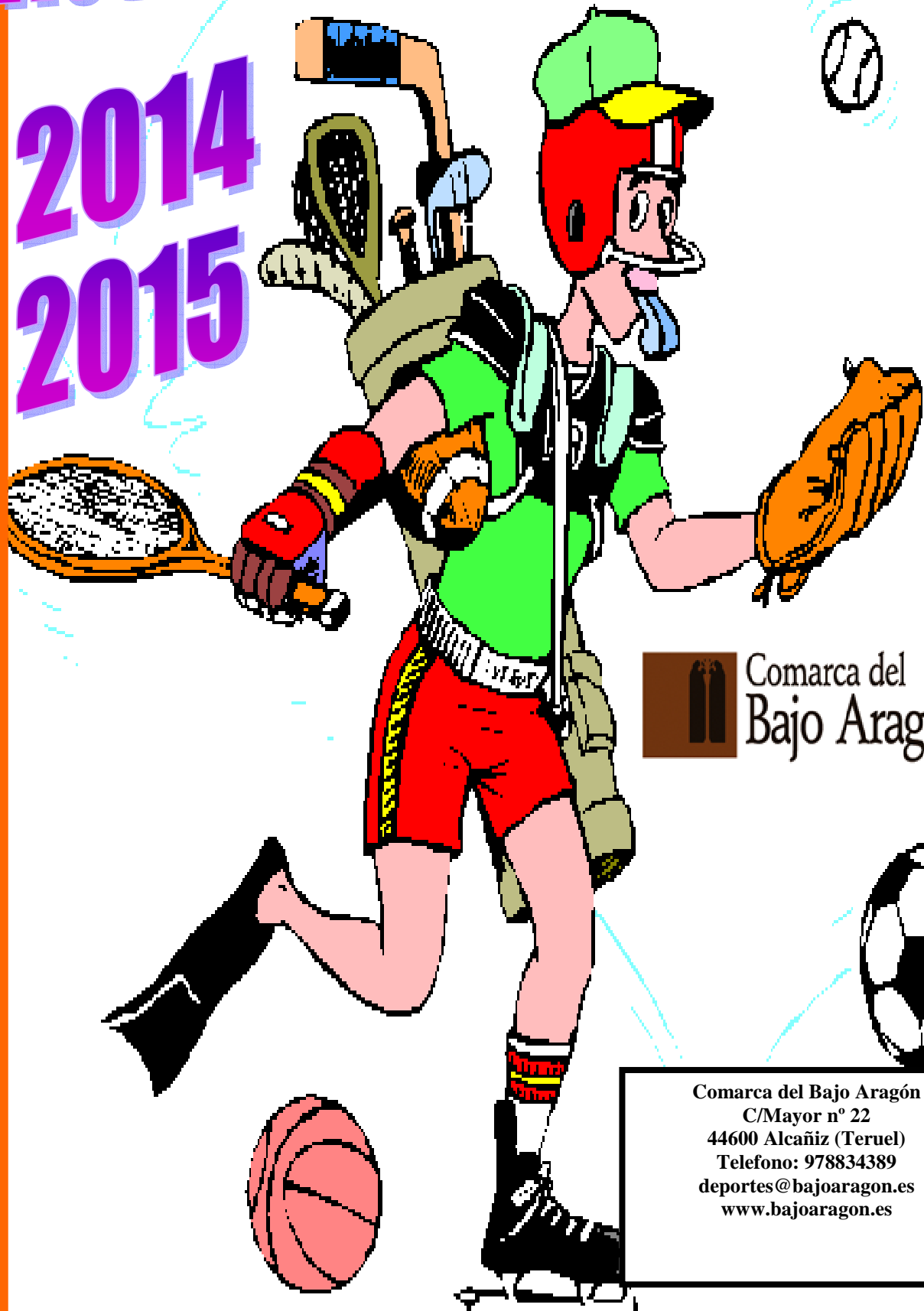


Actividades Deportivas

2014
2015



Comarca del
Bajo Aragón

Comarca del Bajo Aragón
C/Mayor nº 22
44600 Alcañiz (Teruel)
Telefono: 978834389
deportes@bajoaragon.es
www.bajoaragon.es

Normativa Actividades Deportivas 2014-2015

1º La Comarca del Bajo Aragón tiene previsto el comienzo de las actividades el **LUNES 6 DE OCTUBRE de 2014**, y su finalización el día **5 DE JUNIO de 2015** siguiendo el calendario escolar para su realización. Serán así pues **8 meses de actividad**.

2º **Todas las actividades se ofertan para todas las localidades.**

Los horarios de las actividades están incluidos en el presente folleto informativo y son muy similares a los del año anterior. En las localidades donde no había grupos de actividad se estudiarán los horarios en función de las inscripciones y horas disponibles.

La Comarca se reserva el derecho de modificar los horarios, antes del inicio del curso o durante el mismo, para el buen desarrollo de las clases.

3º El periodo de inscripción para todas las actividades será del **15 al 30 de SEPTIEMBRE 2014** y para formalizarla se deberá proceder de la siguiente manera:

Rellenar y firmar debidamente la hoja de inscripción que se adjunta con este folleto, y entregarla en:

- Los Ayuntamientos.
- La sede de la Comarca del Bajo Aragón en Alcañiz.
- Por fax al 978834387
- Por correo electrónico deportes@bajoaragon.es

(Se puede obtener la hoja de inscripción en internet, en la página www.bajoaragon.es)

IMPORTANTE: SÓLO SE ADMITIRÁN INSCRIPCIONES FUERA DEL PLAZO MARCADO SI HAY GRUPO DE ACTIVIDAD, O SI LOS GRUPOS NO ESTÁN COMPLETOS.

4º El pago de las actividades se realizará en **una cuota única** y se domiciliará en una entidad bancaria.

Si los inscritos se dan de baja una vez pasadas las cuotas no se devolverá el dinero.

5º Se establecerán unos grupos mínimos para cada actividad. Si a lo largo del curso la asistencia descendiera por debajo de ese cupo, la Comarca estudiaría la viabilidad de la misma.

6º Las bajas deberán comunicarse por escrito a través de las hojas de baja solicitándolas a la Comarca, o al monitor de la actividad.

7º No se recuperarán las horas que no se puedan realizar por motivos ajenos a la Comarca, Y TODAS LAS HORAS SE RECUPERARÁN AL FINAL DE CURSO.

8º BONIFICACIONES

- Bonificaciones según el número de miembros de la unidad familiar:
 - * Bonificación del 25% por familia numerosa. (Es obligatorio presentar el carné o libro de familia numerosa debidamente compulsado).

- Bonificaciones según la edad:
 - * Bonificación del 25% por las/los mayores de 65 años (se aplicará a las personas que cumplan esa edad en el año del inicio del curso deportivo).
Para justificar la edad, deberán presentar el DNI o documento identificativo, debidamente compulsado).

(Estas bonificaciones no son acumulables, y la bonificación máxima será del 25 %).

9º EXENCIONES

Estarán exentas de pago las personas inscritas en las actividades deportivas, que sean usuarias de los Servicios Sociales Comarcales, a propuesta razonada de los técnicos de los mismos y previo informe.

Para cualquier duda o aclaración podéis poneros en contacto con:

COMARCA DEL BAJO ARAGÓN
C/Mayor, nº 22
44600-ALCAÑIZ (Teruel)
Tfno. 978834389 – FAX 978834387
e-mail: deportes@bajoaragon.es
www.bajoaragon.es

Escuelas Deportivas

Deportes colectivos

Fútbol Sala

Baloncesto

OBJETIVOS:

- **Iniciación a la práctica de los distintos deportes, fútbol sala, baloncesto.**
- **Desarrollo de las capacidades físicas y técnicas.**
- **Iniciación al trabajo de grupo.**
- **Aprendizaje de la técnica a través del entrenamiento con ejercicios adaptados a las distintas edades.**
- **Introducción de nociones de táctica de equipo.**
- **Iniciación a la competición como complemento, y parte de la educación deportiva.**

EDADES: Nacidos antes de 2008.

(Otras edades consultar)

(También para adultos)

PRECIOS:

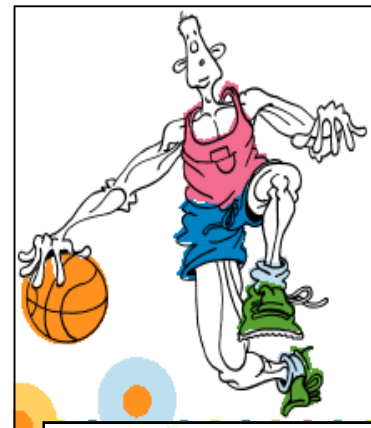
- **Fútbol Sala : 60 € por curso.**
- **Baloncesto : 52 € por curso.**

PERIODICIDAD:

Dois entrenamientos a la semana.

CARACTERÍSTICAS:

- **Entrenamiento con monitor titulado.**
- **Seguro deportivo.**
- **Opcional:**
Participación en la competición de Juegos Escolares, (siempre que el número de equipos lo permita y en función de la edad establecida en las bases generales).



Otros deportes

Predeporte

OBJETIVOS:

- **Iniciación a la práctica deportiva a través de juegos y actividades psicomotrices.**
- **Iniciación al trabajo en grupo.**

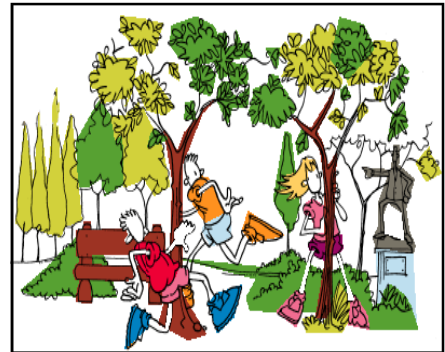
EDADES: Nacidos entre los años 2008 y 2010.

CUOTA: 64 € por curso.

PERIODICIDAD: Dos clases a la semana.

CARACTERÍSTICAS: Entrenamiento con monitor titulado.

OBSERVACIONES: Otras edades de las establecidas, consultar.



Escuelas Polideportivas (Tenis)

OBJETIVOS:

- **Iniciación en la práctica de este deporte**
- **Desarrollo de las capacidades físicas y técnicas.**

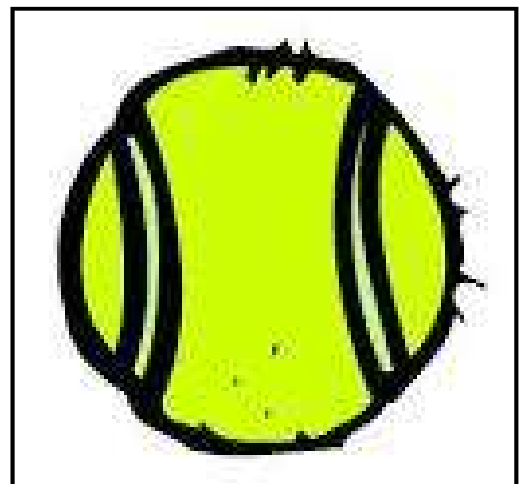
EDADES: Nacidos antes de 2008.

(También para adultos)

CUOTA: 68 € por curso.

PERIODICIDAD: Dos entrenamientos a la semana.

OBSERVACIONES: Los horarios y localidades se marcarán en función de las inscripciones realizadas en las localidades, y de las instalaciones disponibles.



Escalada Deportiva (Iniciación)

OBJETIVOS:

- **Iniciación a la técnica de este deporte.**
- **Conocimiento del material.**
- **Mejorar la forma física (músculatura, flexibilidad, coordinación, etc...)**
- **Educar en actitudes cooperativas.**
- **Iniciación a la competición como complemento de la educación deportiva.**

EDADES: Nacidos antes de 2008.
(También para adultos).

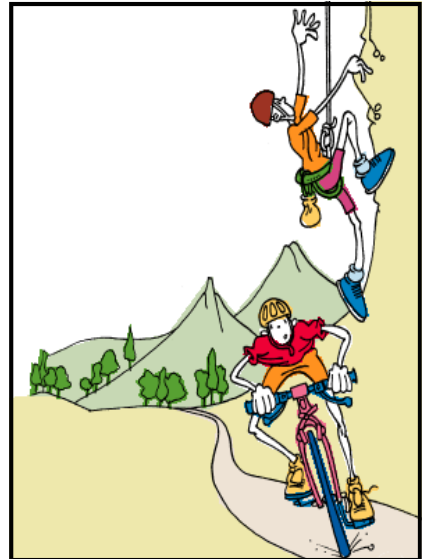
CUOTA: 88 € por curso.

PERIODICIDAD: Una sesión a la semana.

CARACTERÍSTICAS:

- **Entrenamiento con monitor titulado.**

OBSERVACIONES: Esta Escuela Deportiva se imparte en los ródromos de Torrevelilla y Mas de las Matas.



Aeróbic/Fitness Infantil

OBJETIVOS:

- **Potenciar el desarrollo psicomotriz a través del juego, el baile y las coreografías.**
- **La actividad principal será el aeróbic , pero se podrá combinar con sesiones de fitness.**

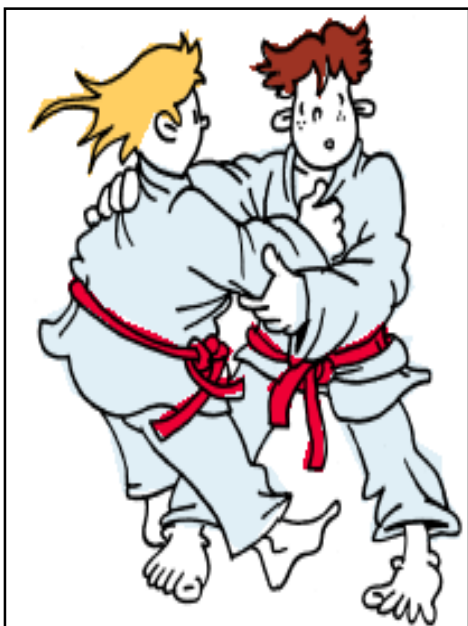
EDADES: Nacidos entre 2000 y 2008.

CUOTA: 56 € por curso.

PERIODICIDAD: Dos sesiones semanales.



Escuelas Polideportivas (Judo)



OBJETIVOS:

- Iniciación en la práctica de este deporte
- Desarrollo de las capacidades físicas y técnicas.

EDADES: Nacidos antes de 2008.
(También para adultos)

CUOTA: 68 € por curso.

PERIODICIDAD: Dos entrenamientos a la semana.

OBSERVACIONES: Los horarios se marcarán en función de las inscripciones realizadas en las localidades.

Escuelas Polideportivas

OBJETIVOS:

- Ofertar la posibilidad de realizar una práctica deportiva variada.
- Conocimiento de los distintos deportes.
- Iniciación a la práctica deportiva de los escolares a los que no les gusta una disciplina concreta.
- Los objetivos específicos de cada uno de los deportes.

EDADES: Nacidos entre 2000 y 2008.

CUOTA: 68 € por curso.

PERIODICIDAD: Dos sesiones por semana.

CARACTERÍSTICAS:

- Entrenamiento con monitor titulado.
- Se practicarán los siguientes deportes:

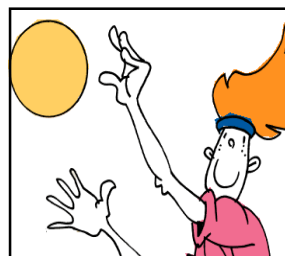
Atletismo.

Deportes de raqueta.

Deportes colectivos.

Deportes alternativos.

VOLEYBOL (se podrá crear un grupo específico)



Escuelas Polideportivas (Atletismo)



OBJETIVOS:

- Iniciación en la práctica de este deporte
- Desarrollo de las capacidades físicas y técnicas.

EDADES: Nacidos antes de 2007.

(También para adultos).

CUOTA: 68 € por curso.

PERIODICIDAD: Dos sesiones a la semana.

OBSERVACIONES: Los horarios se marcarán en función de las inscripciones realizadas en las localidades.

Escuelas Polideportivas (Tenis de Mesa)

OBJETIVOS:

- Iniciación en la práctica de este deporte
- Desarrollo de las capacidades físicas y técnicas.

EDADES: Nacidos entre antes de 2007.

(También para adultos).

CUOTA: 68 € por curso.

PERIODICIDAD: Dos sesiones a la semana.

OBSERVACIONES: Los horarios se marcarán en función de las inscripciones realizadas en las localidades.

* La actividad se condiciona a el material (mesas) existente para poder realizarla.



XXXII JUEGOS DEPORTIVOS EN EDAD ESCOLAR DE ARAGON

Un año más la competición deportiva se desarrolla a través de los Juegos Escolares organizados por la Dirección General de Deportes del Gobierno de Aragón. Este año se prevé que las categorías se configuren de la siguiente manera:

- Iniciación: Nacidos/as en 2007 y 2008**
- Benjamines: Nacidos/as en 2005 y 2006**
- Alevines: Nacidos/as en 2003 y 2004**
- Infantiles: Nacidos/as en 2001 y 2002**
- Cadetes: Nacidos/as en 1999 y 2000**

Se realizará una fase comarcal en la que el calendario de competición se concretará en función de las inscripciones realizadas por parte de los equipos o participantes individuales. Las competiciones provinciales vendrán marcadas por la Dirección General del Deportes del Gobierno de Aragón, en función de las bases específicas de cada disciplina.

Normativa Fase Comarcal del Bajo Aragón XXXII Juegos Deportivos en Edad Escolar

- 1º Los equipos deberán estar correctamente inscritos según las bases generales y específicas de cada uno de los deportes.**
- 2º Los equipos deberán estar “cerrados” antes del 1 de noviembre de 2014.**
- 3º La Comarca hará llegar a todos los equipos, una vez que todos estén correctamente inscritos, la documentación necesaria para la identificación de los jugadores.**
- 4º Los equipos de todas las categorías deberán viajar con un responsable mayor de edad. Si el equipo no se presenta con su responsable no podrá viajar y se le dará el partido por perdido por un resultado de 3-0.**
- 5º Todos los partidos deben de jugarse, al margen de las posibles irregularidades que pudieran darse, y posteriormente transmitir una queja, preferiblemente por escrito al Servicio de Deportes de la Comarca, que decidirá sobre el resultado del partido.**
- 6º Si no hubiera árbitro, pitará un arbitro local, o en su caso quién decidan los dos equipos.**
- 7ª Si confeccionará un reglamento, que se hará llegar a todos los equipos, antes del inicio de la competición. La participación en dicha competición, supondrá la aceptación las normas.**

Se va a prestar especial atención al comportamiento tanto de los escolares, como de sus responsables, entrenadores y padres, en las distintas competiciones, intentando erradicar las conductas inapropiadas aplicando las normas lógicas de comportamiento y de disciplina deportiva y escolar.

Horario actividades escolares 2014-2015

HORARIO ACTIVIDADES PARA ESCOLARES 2014/2015					
	LOCALIDADES	PREDEPORTE	E. POLIDEP.	FUTBOL SALA	BALONCESTO
1	AGUAVIVA		L:17:45-18:45 V:17:00-18:00	X :17:15 - 18:15 V :19:15- 20:15	
2	BELMONTE DE S.				
3	BERGE			L :17:00-18:00 V :17:00-18:00	
4	CASTELSERÁS	L: 17:00-18:00 V:16:30-17:30	M y J: 18:45 -19:45		
5	LA CAÑADA DE V.				
6	LA CEROLLERA				
7	LA CODOÑERA	L y X: 17:15 - 18:15			
8	LA GINEBROSA	M :17:15 - 18:15 V :17:15 - 18:15	X :16:00 - 17:00 V :16:45-17:45	X :16:00 - 17:00 V :16:45-17:45	
9	LA MATA DE L.				
10	LOS OLMOS				
11	MAS DE LAS MATAS	L y X: 16.30 - 17:30	M y J: 16.30 - 17:30	M y J: 18:30 - 19:30	
12	TORRECILLA				
13	TORREVELILLA				

HORARIO ACTIVIDADES PARA ESCOLARES 2014/2015 (OTRAS)					
	LOCALIDADES	AEROBIC INF.	ESC. POLIDEPORTIV. *	ESCALADA	EE PP ATLETIS
1	AGUAVIVA	L:18:00-19:00 V:17:15-18:15			
2	BELMONTE DE S.				
3	BERGE	L:17:00-18:00 V:17:00-18:00			
4	CASTELSERÁS				
5	LA CAÑADA DE V.				
6	LA CEROLLERA	L:18:30-19:30 V:18:00-19:00			
7	LA CODOÑERA				
8	LA GINEBROSA				
9	LA MATA DE L.				
10	LOS OLMOS				
11	MAS DE LAS MATAS	M: 18:00-19:00 / V: 18:00-19:00	M y J 17:30-18:30 (2 tenis) M y J 17:30-18:30 (3 tenis m.)	L y X: 18.30 - 19:30 L y X: 19.30 - 20:30	M y J:16.30 - 17:30
12	TORRECILLA				
13	TORREVELILLA			L: 18.30 - 20:00	

ACTIVIDADES ADULTOS

Gimnasia de Mantenimiento (YOGA/PILATES/ZUMMBA)

OBJETIVOS:

- Mejora y mantenimiento de la condición física.
- Mejora de las capacidades físicas.
- Evasión de la rutina diaria.

EDADES: Adultos (hombres y mujeres).

CUOTA:

- 64 € por curso.(3 sesiones x semana).
- 48 € por curso.(2 sesiones x semana).

PERIODICIDAD: 2-3 sesiones a la semana.

CARACTERÍSTICAS: Actividad que persigue lograr una adecuada forma física.

Se amplia la oferta con dos nuevas modalidades: Yoga y Pilates.



Aeróbic/ Fitness

OBJETIVOS:

- Mejora y mantenimiento de la condición física.
- Mejora de las capacidades físicas.
- Evasión de la rutina diaria.

EDADES: Adultos (hombres y mujeres).

CUOTA:

- 64 € por curso.(3 sesiones x semana).
- 48 € por curso.(2 sesiones x semana).

PERIODICIDAD: 2-3 sesiones a la semana.

- **CARACTERÍSTICAS:** Actividad deportiva que conjuga el ejercicio físico con la música a través de la realización de coreografías. Favorece de forma divertida la coordinación y memoria motriz. La actividad principal será el aeróbic , pero se podra combinar con sesiones de fitness.



Preparación física para adultos

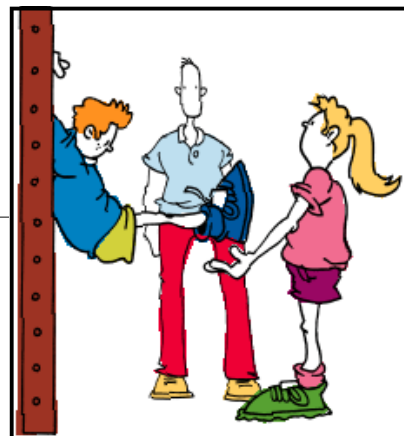
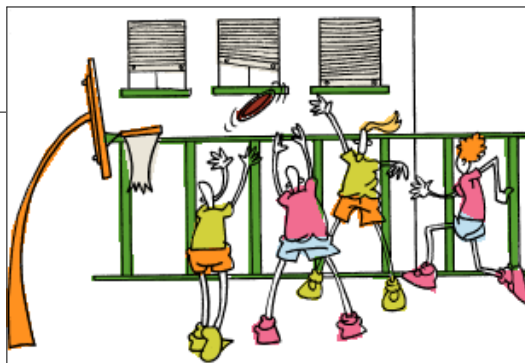
OBJETIVOS:

- Mejora del acondicionamiento físico en general.

EDADES: Adultos (Hombre y mujeres)

CUOTA: - 68 € por curso.

PERIODICIDAD: Dos clases de una hora a la semana.



Gimnasia Mantenimiento para mayores (3ª Edad)

OBJETIVOS:

- Mejora y mantenimiento de la condición física.
- Mejora de las capacidades físicas.
- Evasión de la rutina diaria.
- Mejora de la capacidad motora.
- Mejora de la coordinación.
- Mejora de la calidad de vida.



EDADES: Personas adultas y de 3ª edad (mujeres y hombres).

CUOTA:

- 64 € por curso.(3 sesiones x semana).
- 48 € por curso.(2 sesiones x semana).

PERIODICIDAD: 2-3 sesiones a la semana.



CARACTERÍSTICAS: Actividad física adaptada a la edad y condiciones de las personas mayores y /o con movilidad reducida. Nos permitira aumentar nuestra capacidad motora, nuestra coordinación y capacidad física.

Horario actividades adultos 2014-2015

HORARIO ACTIVIDADES PARA ADULTOS 2014-2015

	LOCALIDAD	GIM. MANTEN.	AEROBIC	MANTEN. 3ª EDAD	MANTEN./pilates	PREPARA. FISICA
1	AGUAVIVA		L y J 19:30-20:30	L, X y V : 11:00-12:00	X y V: 18:00-19:00	
3	BELMONTE DE S.			L y J: 9:30 -10:30		
4	BERGE	M y J 16:30-17:30	L y M 16:30-17:30	L, M y V: 9:30 a 10:30		
5	CASTELSERÁS	M y J: 9:30 - 10:30	M y J: 10:30 -11:30	X y V: 10:45 - 11:45		
6	LA CAÑADA DE V.					
7	LA CEROLLERA					
8	LA CODOÑERA				M y J: 20:15-21:15	L y X: 20:00-21:00
9	LA GINEBROSA	L y X : 16:00-17:00		L y X : 16:00-17:00		
10	LA MATA DE L.	L y X: 18:00 -19:00	M y J 17:45-18:45			
11	LOS OLMOS	L y X : 19:15-20:15				
12	MAS DE LAS MATAS	L, X y V: 9:30 -10:30	M y J 19:15 a 20:15	L, X y V: 10.30 -11.30	L 19:30:20:30 X 18:00-19:00	L y J: 20:30-21:30
13	SENO			M y J :19:00-20:00		
14	TORRECILLA		X 19:30:20:30 V 19:00-20:00	X y V: 9:30-10:30	M y J 19:00:20:00 L y J 20:00-21:00	
15	TORREVELILLA	L y J: 11:00 -12:00				

** Para los grupos de nueva creación se determinarán los horarios una vez confirmadas las inscripciones, previa reunión, si fuera necesario

Otras actividades para adultos

Este año se ofertan también para adultos las siguientes actividades:

- Atletismo - Fútbol Sala - Tenis de Mesa
- Baloncesto - Judo
- Escalada - Tenis

Actividades puntuales

Al margen de las ofertadas en este folleto, el Servicio de Deportes prepara, otra serie de actividades puntuales y de las que os irá llegando información, bien a través de carteles, bien a través de cartas, o incluso de información en prensa cuando éstas vayan a tener lugar. Son:

- Juegos Deportivos.
- Salidas Senderistas
- Salidas cicloturistas
- Jornadas de promoción de la actividad física y el deporte.
- Convivencias

Eventos

De igual manera, el Servicio de Deportes de la Comarca organiza, o participa en la organización de Eventos deportivos, que se realizan de manera puntual en las localidades que integran la Comarca del Bajo Aragón, y que tendréis cumplida información por los canales habituales:

- Carreras Pedestres.
- Marchas cicloturistas.
- Marchas senderistas.
- Campañas de esquí
- Torneos deportivos.
-



Comarca del
Bajo Aragón

COMARCA DEL BAJO ARAGÓN
C/Mayor, nº 22 44600
ALCAÑIZ (Teruel)
Tfno. 978834389 – FAX 978834387
e-mail: deportes@bajoaragon.es
www.bajoaragon.es