



PATRONAT MUNICIPAL D'ESPORTS  
ALCÚDIA

## **L'ESPORT A PUNT**

PROGRAMA D'ACTIVITATS FÍSiques, ESPORTIVES I  
RECREATIVES

TEMPORADA 2009-2010

OCTUBRE - JUNY

**INICI DE LES ACTIVITATS**  
Dijous dia 1 d'octubre

# ESCOLES ESPORTIVES MUNICIPALS

- L'edat per començar a les escoles esportives no és fixa (depèn de l'esport i de la mobilitat de l'al·lot), per això us pregam que en cas de dubte, ho consulteu al professor/monitor abans d'inscriure'l.
- **ATENCIÓ: les quotes mensuals de les Escoles Esportives Municipals s'abonaran mitjançant domiciliació bancària al Patronat Municipal d'Esports i es duran a terme sempre que hi hagi un mínim de 8 participants.**

## ● ***D' ENTRE SETMANA***

### **ESCOLA DE BÀSQUET NORD**

Dies: dimarts i dijous

Horari: de 17:15 a 18:30 h

Destinataris: nins i nines a partir de 5 anys

Lloc: Pavelló Municipal d'Esports

### **ESCOLA DE BÀSQUET CIUTAT D'ALCÚDIA**

Dies: dilluns i dimecres

Horari: de 17:00 a 18:00 h

Destinataris: nins i nines a partir de 5 anys

Lloc: Pavelló Municipal d'Esports

### **ESCOLA DE GIMNÀSTICA ARTÍSTICA MASC. I FEM.**

Dies: dilluns i dimecres

Destinataris : nins /es a partir de 3 anys

Horari: de 17:00 a 18:00 h (3 i 5 anys)

de 18:00 a 19:00h (a partir de 6 anys )

Lloc: Gimnàs Municipal

### **ESCOLA DE JUDO**

Dies: dimarts i dijous

Horari: de 17:30 a 18:30 h

Destinataris: nins i nines a partir de 5 anys

Lloc: Gimnàs Col·legi Norai

### **ESCOLA DE KARATE**

Dies: dilluns i divendres

Horari: de les 18:30 a 20:00

Destinataris: nins i nines a partir de 6 anys

Lloc: Gimnàs Col·legi Norai

### **ESCOLA DE TENNIS POL·LÈNTIA**

Dies: dilluns i dimarts

Horari: de 17:30 a 18:30 h (segons grups)  
de 18:30 a 19:30 h (segons grups)

Destinataris: nins i nines a partir de 6 anys

Lloc: Pistes Hotel Eden Lago

### **ESCOLA DE FUTBOL SALA C.E.**

Dies: dilluns i dimecres

Horaris: de 17:30 a 18:30 h

Destinataris: nins i nines a partir de 5 any

Lloc: Pavelló Municipal d'Esports

### **ESCOLA DE FUTBOL SALA C. INDOOR**

Dies: dimarts i dijous

Horaris: de 17:15 a 18:30 h

Destinataris: nins i nines a partir de 5 anys

Lloc: Pavelló Municipal d'Esports

### **ESCOLA DE FUTBOL**

Dies: dimarts i dijous

Horari: de 17:30 a 18:45 h

Destinataris: nins i nines a partir de 5 anys

Lloc: Camp Municipal de Futbol

### **ESCOLA DE TENNIS TAULA**

Dies: dimarts, dimecres i dijous

Horari: de 18:00 a 20:00 h

Destinataris: nins i nines a partir de 7 anys

Lloc: Gimnàs Col·legi S'Hort des Fassers

### **ESCOLA DE BALL MODERN**

Destinataris, dies i horari:

Nins/es de 4 a 7 anys: dilluns i divendres de 17:00 a 18:00 h.

Nins/es de 8 a 10 anys: dilluns i divendres de 18:05 a 19:05 h.

Nins/es de 11 a 14 anys: dilluns i divendres de 19:10 a 20:10 h.

Lloc: Gimnàs Institut d'Alcúdia

### **ESCOLA D' EQUITACIÓ**

Dies i horari: dimecres de 16:00 a 18:00 h.

Destinataris: nins i nines a partir de 5 anys

Lloc: Planeta Equino d' Alcúdia

### **ESCOLA TIR AMB ARC**

Destinataris: nins i nines a partir de 9 anys

PERFECCIONAMENT

Dies i horari: dilluns, dimecres i divendres de 17:15 a 18:30 h

Lloc: Pati Col·legi Norai

INICIACIÓ

Dies i horari: dilluns i dimecres de 15:45 a 16:45 h

Lloc: Pavelló Municipal d' Esports

### **ESCOLA DE RUGBY**

Dies i horaris: dilluns de 18:45 a 20:15 i dimecres de 16:00 a 17:15 h

Destinatari: nins i nines a partir de 9 anys

Lloc: Camp Municipal de Futbol 2.

### **ESCOLA DE GIMNÀSTICA RÍTMICA**

Dies: dimarts i dijous

Horari: de 17:30 a 18:30 h nines a partir de 4 anys

Lloc: Gimnàs Institut d' Alcúdia.

### **ESCOLA DE STREET DANCE**

Destinatari, dies i horari: dilluns i divendres 20:00 a 21:30 h

Nins/es a partir de 13 anys:

Lloc: Gimnàs Norai.

### **ESCOLA DE GOLF**

Dies i horari: divendres de les 15:00 a 17:00 h

Destinatari: nins i nives a partir de 5 anys

Lloc: Golf Aucanada

## ● **DE CAP DE SETMANA**

### **ESCOLA DE VELA**

Dies: dissabtes

Horari: de 10:00 a 13:00 h

Destinataris: nins i nines a partir de 6 anys

Lloc: Port Esportiu Alcudiamar

### **ESCOLA D' EQUITACIÓ**

Dies i horari: dissabtes de 10:00 a 12:00 h.

Destinataris: nins i nines a partir de 5 anys

Lloc: Planeta Equino d' Alcúdia

### **ESCOLA DE TRIATLÓ**

Dies i horari: dissabtes de 10:00 a 12:00 h

Destinataris: nins i nines a partir de 9 anys

Lloc: Gimnàs Institut d' Alcúdia

### **ESCOLA DE GOLF**

Dies i horari: dissabtes de les 10:00 a 12:00 h

Destinataris: nins i nines a partir de 5 anys

Lloc: Golf Aucanada

# PROMOCIÓ ESPORTIVA MUNICIPAL

## PSICOMOTRICITAT

Destinatari: nins i nines de 4 i 5 anys

Lloc: Gimnàs Municipal

### **Centres Públics:**

Dies i horari: dimarts i dijous de les 15:45 a 16:45 h

### **Centre Concertat N. S. la Consolació:**

Dies i horari: divendres de les 15:45 a 16:45 h

## INICIACIÓ MULTIESPORTIVA

Lloc: Pavelló Municipal

### **Centres Públics:**

Destinatari, dies i horari: de 1r a 3r i de 4rt a 6è de Primària: dimarts i dijous de les 15:45 a les 16:45 h

### **Centre Concertat N. S. la Consolació**

Destinatari, dies i horari: 1r a 3r i de 4rt a 6è de Primària: divendres de les 15:45 a les 16:45 h

## FISICOESPORTIVITAT ESCOLAR

### **CENTRES ESCOLARS**

#### **• Porta des Moll i S' Hort des Fassers:**

Destinatari: de 1r a 3r i de 4rt a 6è de Primària

Dies i horari: dilluns de 15:45 a 16:45 h

Lloc: pistes exteriors Porta des Moll

#### **• Norai i S'Albufera:**

Destinatari: de 1r a 3r i de 4rt a 6è de Primària

Dies i horari: dimecres de 15:45 a 16:45 h

Lloc: pistes exteriors s' Albufera

### **IES**

#### **• IES Alcúdia:**

Destinatari: de 1r a 4rt ESO

Dies i horari: dimecres de 13:15 a 14:15 h

Lloc: Instal·lacions Esportives Municipals

#### **• IES Port d'Alcúdia:**

Destinatari: de 1r i 2n ESO

Dies i horari: dimecres de 13:15 a 14:15 h

Lloc: Instal·lacions Esportives Municipals

# **ACTIVITATS FÍSQUES PER A ADULTS: PER ESTAR BÉ I VIURE MILLOR!**

## **MANTENIMENT FÍSIC INTEGRAL COL·LECTIU I PILATES**

### Mati:

Dies: dilluns, dimecres i divendres (Prof. Toni Serra)  
dimarts i dijous (Prof. Ernesto Favasuli)

Horari: de 9:00 a 10:00 h

### Capvespre:

Dies: dilluns i dimecres ( Prof. Toni Serra)  
dimarts, dijous i divendres (Prof. Ernesto Favasuli)

Horari: de 19:45 accés a la instal·lació i escalfament lliure i a les 20 h. inici de l'activitat dirigida.

Lloc: Gimnàs Municipal

## **GIMNÀSTICA CORRECTIVA I DE REHABILITACIÓ AMB ATENCIÓ A PROBLEMES DE COLUMNA.**

Dies: dimarts, dijous i divendres

Horari: de 20:00 a 21:00 h

Lloc: Gimnàs Municipal

Professor: Toni Serra

## **MANTENIMENT FÍSIC PER A LA GENT GRAN (3ª EDAT)**

Dies: dimarts i dijous

Horari: de 9:00 a 10:00 h

Lloc: Gimnàs Municipal

Professor: Toni Serra

## **ACCIÓ VITAL SHAN RYU**

Dies: dimarts, dijous i dissabtes.

Horari: de 18:00 a 19:30 h.

Lloc: Escola Infantil Porta del Moll.

Professor: Ernesto Favasuli

## **MUSCULACIÓ**

Dies: de dilluns a divendres

Horari lliure: de 09:00 a 13:00 h i de 16:00 a 22:00 h (sempre que no hi hagi altres activitats programades).

Atenció personalitzada:

Dilluns, dimecres i divendres: de 17:30 a 20:30 h (Prof. Ernesto Favasuli.)

Lloc: Sala de Musculació del Pavelló Municipal d'Esports

## **EXCURSIONS PER A ADULTS**

Programes trimestrals

Dies: dissabtes

Sortida i arribada: al Pavelló Municipal d'Esports

Organització: Món d' Aventura

Participació mínima 6 i màxima 22 excursionistes.

Primera excursió dia 17 d'octubre : Cala Sant Vicenç-Pas dels Pescadors-Cala Castell( retorn amb barca 10 €)

**ATENCIÓ: PER DONAR-SE DE BAIXA A QUALSEVOL D'AQUESTES ACTIVITATS FISICOESPORTIVES AMB QUOTA MENSUAL, HEU DE COMUNICAR-HO COM A MÀXIM ELS PRIMERS CINC DIES DE CADA MES I TAN SOLS AL DEPARTAMENT DEL PATRONAT MUNICIPAL D' ESPORTS, EDIFICI MUNICIPAL CAN JOANET, QUARTER DE LA CAVALLERIA, 7.**

**EN CAS DE NO FER-HO AIXÍ, NO ES FARÀ LA DEVOLUCIÓ DE LES QUOTES PAGADES.**

# INFORMACIÓ i INSCRIPCIONS

## **OFICINES: EDIFICI MUNICIPAL DE CAN JOANET.**

Quarter de la cavalleria, 7 (Alcúdia)

Horari feiner: de 08,00 a 14,00 h

Tel . 971/ 89 71 03 – Fax. 971/89 71 03

E-mail: [patronat@alcudia.net](mailto:patronat@alcudia.net) [www.alcudiaesports.com](http://www.alcudiaesports.com)

## QUOTES 2009 ( vàlides fins 31/12/09)

**CARNET DE SOCI** per a la utilització de les instal·lacions esportives municipals i realització d'activitats

### **EMPADRONATS**

Familiar	57,00euros
Individual (a partir de 14 anys)	35,00 euros
Infantil	24,50 euros
Gratuït (3ª Edat , majors de 50 anys, tècnics esportius, jugadors de màxima categoria i altres casos ...)	

### **NO EMPADRONATS**

Familiar	104,00 euros
Individual	56,00 euros
Infantil	42,00 euros

### **ACTIVITATS FISICOESPORTIVES**

Socis	29,00 euros mensuals
No Socis Empadronats	36,00 euros mensuals
No Socis, no empadronats	43,00 euros mensuals

### **ESCOLES ESPORTIVES**

22,00 euros mensuals

### **ABONAMENT ACTIU**

PEL PREU de 38,00 € PODRÀS ANAR A QUALESVOL D'E LES ACTIVITATS FÍSICOESPORTIVES PER ADULTS I EN ELS HORARIS ESTABLERTS.  
INFORMA-TE'N BÉ

### **BONIFICACIONS**

Els membres d'una família nombrosa (és a dir, famílies amb justificant de tres o més fills gaudiran d'un 20% de DESCOMPTE sobre el preu corresponent a cadascuna de les activitats.  
Els Pensionistes i les persones amb un grau de minusvalidesa igual o superior al 33%, gaudiran d'un 50% de DESCOMPTE sobre el preu corresponent a cadascuna de les activitats.

**Tots els pagaments s'han de fer a CAM, COLONYA CAIXA POLLENÇA o a LA CAIXA situades a Alcúdia**

### **NORMATIVA GENERAL**

#### **EL PATRONAT MUNICIPAL D'ESPORTS D'ALCÚDIA FA SABER:**

- Que per fer qualsevol activitat tothom haurà de tenir el carnet actualitzat de soci del Patronat Municipal d'Esports i mostrar-lo al personal d'aquest Patronat quan li sol·licitin.
- QUE PER COMENÇAR QUALESVOL ACTIVITAT, S'HA DE PRESENTAR EL JUSTIFICANT D'HAVER-SE INSCRIT I HAVER FET EL PAGAMENT RESPECTIU.
- Que totes les activitats tenen places limitades i es duren a terme sempre que hi hagi una inscripció mínima: 10 per les activitats físicoesportives i 8 per les escoles esportives.
- Que les activitats podran ser modificades en qualsevol moment si ho creu oportú el Patronat Municipal d'Esports.
- Que els usuaris:
  - facin un bon ús de les instal·lacions i del seu equipament, agafant el material necessari per fer la pròpia activitat i deixant-lo ordenadament per al bon funcionament i en benefici de la resta d' usuaris.
  - avisin el personal del Patronat de les anomalies, desperfectes i deficiències de les instal·lacions.
  - tinguin esment de les indicacions del personal encarregat de les instal·lacions
  - poden ser expulsats si no mantenen una conducta correcta i adequada amb el personal i les instal·lacions.
  - només poden fer ús de l'assegurança mèdica del Patronat Municipal d'Esports en cas d'accidents/lesions... produïdes dins les instal·lacions municipals o en activitats organitzades pel mateix Patronat. L'assistència mèdica es farà a l'HOSPITAL DE MURO presentant, en el moment, el carnet de soci actualitzat del Patronat Municipal d'Esports i el corresponent volant d'accidentat esportiu amb el segell del Patronat Municipal d'Esports d'Alcúdia i signat pel responsable de l'activitat. Aquesta assegurança mèdica és de cobertura limitada.

### **UTILITZAU EL TELÈFON DE QUEIXES O SUGGERIMENTS:**

**Tel: 971 897 103 de 8:00 a 14:00 h**

# **CLUBS ESPORTIUS ALCÚDIA**

## **FUTBOL**

Lloc: Camp Municipal de Futbol  
Coordinador: Pep Barceló 659027303 i Anselmo Sanabria 607562329  
Secretari : Jose Cifre 672671208

## **BÀSQUET NORD**

Lloc: Pavelló Municipal  
Coordinador: Bernat Cifre 661360533  
web: www.cbalcudia.com

## **BÀSQUET CIUTAT**

Lloc: Pavelló Municipal  
Coordinadors: Miquel Ballester 609546470

## **FUTBOL SALA C.E**

Lloc: Pavelló Municipal  
Coordinador: Miquel Servera 609327082

## **FUTBOL SALA INDOOR**

Lloc: Pavelló Municipal  
Coordinador: Victor Llompart 672210861

## **VOLEIBOL**

Lloc: Pavelló Municipal  
Horari: dijous de 21:30 a 23:00h  
Coordinador: Pau Llabrés 651890992

## **TENNIS POL·LÈNTIA**

Lloc: Hotel Eden Lago  
Coordinador: Fernando Garcia 629658610

## **HAPKIDO**

Lloc: Gimnàs Colegi Norai  
Horari: dimarts i dijous de 19:30 a 21:00 h  
Coordinador: Fabian Fortís 649083795

## **TENNIS TAULA**

Lloc: Gimnàs Col·legi s' Hort dels Fassers  
Coordinador: Pep Oneto 971545289

## **VELA MARÍTIM D' ALCÚDIA**

Lloc: Escola Municipal de Vela (a ALCUDIAMAR)  
Coordinador: Jaume Carbonell 600543716

## **GIMNÀSTICA ARTÍSTICA MASCULINA I FEMENINA**

Lloc: Gimnàs Pavelló Municipal  
Coordinadors: Javier Úbeda 617850269  
Esperanza Valverde 667724159

## **RUGBY**

Lloc: Camp Municipal de Futbol  
Horari: dimarts i dijous de 21:00 a 23:00 h  
Coordinador: Eduardo Garrido 650067922

## **HANDBOL**

Lloc: Pavelló Municipal  
Horari: dimarts de 21:00 a 22:00 i dijous de 18:30 a 20:00h  
Coordinador: Igor Jerkov 600868085

## **TRIATLÓ**

Lloc: Gimnàs Institut Alcúdia  
Horari: dissabtes de 10:00 a 12:00 h  
Coordinador: Roberto Vicente 696193143