

En la ciudad deportiva como en casa... respetando las normas Hirol kirian ibili etxean bezala... baina bete arauak!

En todas las instalaciones

Las normas son de obligado cumplimiento para todos los usuarios, abonados o usuarios temporales. Con ellas se pretende velar por la seguridad, limpieza y mantenimiento del orden dentro de una instalación con alto nivel de uso, por las que tod@s pagamos y a tod@s nos repercute los gastos ocasionados por mal uso, vandalismo y falta de civismo. Por lo tanto, por el bien de todos, cuida la instalación y actúa con civismo. Las personas encargadas del mantenimiento y del buen uso de las instalaciones (empleados de mantenimiento, limpieza, vigilantes, socorristas, monitores...) podrán en todo momento llamar al orden y requerir a los usuarios el carnet de abonado o ticket de entrada, estando obligado el usuario a facilitar su labor y colaborar con él. Si encuentra alguna deficiencia en cualquier zona de las instalaciones le agradeceríamos se pusiese en contacto con nuestro personal o en recepción para poder proceder a su reparación. Se recuerda que la conducta y seguridad de los menores es responsabilidad de sus padres o de los adultos que les acompañen. El incumplimiento de las normas puede acarrear sanciones disciplinarias.

Asadores

Los asadores son una zona de uso libre, no existen reservas propias. Los fregaderos son para la limpieza y preparación de los alimentos y utensilios de cocina, no puede utilizarse para refrescar bebidas o alimentos. Los usuarios son los responsables de la limpieza de las mesas y elementos auxiliares que hayan utilizado, debiendo depositar todas las basuras en los cubos.

Piscina cubierta

La piscina cubierta está orientada en su gran parte a la práctica de la natación exceptuando la piscina de chapoteo, no se permite acceder al recinto a niños menores de 6 años si no están acompañados por un adulto, o participan en algún cursillo. A esta piscina cubierta se accederá únicamente con gorro, chanclas y bañador y toalla que se dejará en los percheros o sitios habilitados para ello. Evitar en todo momento introducir mochilas, botellas, productos de aseo... Es obligatorio el gorro de baño, así como la ducha previa. Se recuerda que las duchas están destinadas a la ducha previa por lo que no pueden utilizarse jabones. No se permite entrar con balones, juegos hinchables o cualquier elemento que se considere peligroso o entorpezca el normal uso de la instalación.

Se respetarán siempre las zonas reservadas para cursillos. Para facilitar el uso, nadar siempre en "rueda", por el lado derecho de la calle. Por decreto foral sanitario queda prohibido el baño, a cualquier persona que padezca enfermedades infecto-contagiosas de cualquier clase. La persona responsable de la correcta utilización de la instalación es el socorrista, por lo tanto deberán seguirse todas las instrucciones y sugerencias que éste haga a los usuarios.

Hidromasaje y sauna

No se permitirá el uso a menores de 16 años. Debido a las temperaturas de agua y/o ambiente no se recomienda el uso a embarazadas y personas con enfermedades o dolencias para las que esté contraindicadas las altas temperaturas. Para la sauna y el baño turco es necesario el uso de la toalla, así como para el hidromasaje uso de gorro. Está terminantemente prohibido echar cualquier tipo de producto en estas zonas. El tiempo máximo aconsejable de utilización de cada espacio es de 10 minutos, atienda las indicaciones que tienen junto a los servicios. Es una zona de relax y descanso.

La persona responsable de la correcta utilización de la instalación es el socorrista, deben seguirse por tanto todas las recomendaciones y sugerencias que éste haga a los usuarios.

Gimnasios y salas de actividades

Para acceder al gimnasio y salas de actividades es obligatorio usar ropa y calzado deportivo, este último será distinto al utilizado en la calle. Para acceder a estas salas será necesario estar inscrito o bien al gimnasio o a los cursos programados.

Vestuarios

Se recomienda el uso de las taquillas, procure no dejar nada fuera de ellas, la Ciudad Deportiva no se responsabiliza de ningún objeto extraviado. No se permite afeitarse ni utilizar sistemas depilatorios. No utilizar los pasillos con los bañadores mojados para evitar crear zonas de agua peligrosas para los usuarios. Recuerde que no está solo, procure dejarlo todo como le gustaría encontrarlo.

Piscinas exteriores

El uso prioritario será de carácter lúdico, al ser de esta manera obliga a un mayor respeto de las normas y de las prácticas saludables.

Los socorristas velarán por el respeto entre los usuarios pudiendo sancionar las prácticas que molesten o supongan riesgos para los bañistas (saltos peligrosos, bomba, volteretas, etc.). De esta manera se evitará el acceso al agua de forma brusca con riesgo de lesión. Es obligatorio ducharse antes del baño, no se podrá comer ni introducir bebidas ni vidrio en las playas de la piscina. No se podrán utilizar flotadores gigantes, colchonetas ni otros juegos que molesten al resto de usuarios, excepto los días que se realicen juegos de este tipo. Los menores de 8 años deben estar en todo momento acompañados de un adulto, excepto en la piscina de chapoteo que es para niños de 6 años.

Zona de césped

Está prohibido comer y utilizar objetos punzantes o de vidrio. Así mismo también está prohibido jugar con balones en las zonas verdes, ya que la práctica deportiva queda restringida a las zonas destinadas a tal fin. Se habilitará un espacio para dejar las hamacas particulares durante toda la temporada de verano, estas hamacas serán retiradas por los propietarios al final del verano.

Espacios sociales

En todos los espacios interiores no está permitido fumar. El hall, la galería no es una zona de juego, los padres son los responsables del comportamiento de sus hijos. En estos espacios habrá indicaciones y horarios del uso correspondiente.

Instalaciones deportivas

Las pistas polideportivas durante parte del verano acogen actividades infantiles, campeonatos juveniles y de adultos, así como reservas de los propios abonados para poder realizar la actividad correspondiente. Los usuarios podrán reservar estos espacios en cualquier horario y de forma gratuita, siempre y cuando no estén programadas las actividades anteriormente mencionadas. Si hubiera mucha demanda de peticiones, la adjudicación de las pistas se realizaría mediante sorteo. Los usuarios de la instalación son los responsables de lo que en ella ocurra durante el tiempo que dure su reserva. Ante cualquier situación anómala deberán comunicarlo en portería. Todas las instalaciones disponen de normativas específicas.



Instalaciones Deportivas Municipales Ayuntamiento de Tafalla / Tafallako Udala Ciudad Deportiva Tafalla Tafalla Kirol Hiria

C/ Abaco 54
31300 Tafalla
teléfono 948704491
info.cdtafalla@masquatro.com
www.masquatro.com

Síguenos en:
Facebook Ciudad Deportiva Tafalla

Inicio de la temporada
Denboraldiaren hasiera
Viernes 13 de junio
Ekainak 13, ostirala

Fin de la temporada
Denboraldiaren bukaera
Domingo 31 de agosto
Abuztuak 31, igandea

Horarios temporada verano 2014
2014ko denboraldiaren udako ordutegia
Instalación Ciudad Deportiva Kirol Hiria instalazioa
13 junio / 31 agosto
Lunes a viernes 8:00-22:30
Sábados 8:00-21:00
Domingos y festivos 9:00-21:00

Horario piscina cubierta
Estalitako igerilekuak
13 junio / 13 agosto
Lunes a viernes 8:00-22:00
Sábados 8:00-20:30
Domingos y festivos 9:00-20:45
13-31 agosto
Piscina cubierta cerrada por parón técnico

Piscinas exteriores
Kanpoko igerilekuak
Lunes a domingo
13 junio / 31 agosto
10:30-20:45
14-20 agosto (fiestas)
10:30-17:00



ABONO PLUS VERANO
1 JUNIO A 31 AGOSTO
SI CONTINUAS EN SEPTIEMBRE,
MATRICULA GRATUITA

MÁS VERANO EN LA CIUDAD DEPORTIVA TAFALLA UDA GEHIO TAFALLAKO KIROL HIRIAN

Instalaciones Deportivas Municipales
Ayuntamiento de Tafalla / Tafallako Udala



CAMPAÑA DE VERANO 2014

2014KO UDA KANPAINA

APROVÉCHATE DE LOS ABONOS FAMILIARES

Tarifas de abono individual verano 2014

2014ko udaren abonu banakoentzako tarifak

13 de junio a 31 de agosto Abuztuak 13tik irailak 1era

	ENTRADA DIARIA	ABONO QUINCENAL	ABONO MENSUAL	ABONO SOCIO (VERANO)	ABONO PLUS
Adultos	8,64	26,34	47,59	67,50	81,72
Infantiles (3-13 años)	4,47	13,18	23,80	33,65	40,86
Juveniles (14-17 años)	6,14	19,75	35,69	50,47	61,29
Mayores 65 años	5,21	15,54	28,08	43,76	48,21
Discapacitados (33%)	2,19	15,54	28,08	43,76	48,21

Los abonos quincenales y mensuales son días consecutivos.

Acceder al Gimnasio VIP supone un coste de 10,68 € mensuales adicional al abono de verano.

Abonos de verano familiares

Udako abonamendu familiarak

	ADULTOS	INFANTIL	JUVENIL
Dos padres abonados	135,00	GRATIS	25,23
Un padre abonado	67,50	16,82	35,32

Las cuotas infantiles y juveniles son por cada hijo/a.

Las familias numerosas obtendrán un 20% de descuento sobre los precios establecidos.

Es obligatorio presentar la tarjeta que acredite 'familia numerosa'.

Zonas de las que se puede hacer uso

Piscina verano, piscina cubierta, zona hidroterapia, velódromo, pista polideportiva y gimnasio clubes.

Inscripciones (sólo en la Ciudad Deportiva)

Para formalizar la inscripción se deberá aportar la tarjeta roja ciudadana. Si no la tuviera deberá aportar una fotografía reciente, fotocopia del DNI o, en su defecto, el libro de familia.

El pago se hará en efectivo o con tarjeta en el momento de realizar la inscripción.

No esperes a que comience la temporada para hacerte abonado, así evitarás colas y ratos de espera. Desde el 28 de mayo ya puedes inscribirte en la recepción de la Ciudad Deportiva Tafalla.

ACTIVIDADES VERANO 2014

2014KO UDA JARDUERAK

Del 30 de junio al 8 de agosto

Actividades infantiles Haurrentzako jarduerak

Natación Igeriketa

De 3 a 12 años

Ciudad Deportiva Tafalla

30 de junio a 8 de agosto

Sesiones de 45'

Lunes, miércoles y viernes

10:30-12:45

Abonados: 40 €

No abonados: 45 €

Comienzo: 30 de junio

10:30 (2002-2004 y anteriores)

10:30 (2005 y 2006)

11:15 (2007 y 2008)

11:15 (2009)

12:00 (2010 y 2011)

8 de agosto

XXXVII Concurso de natación de fiestas (17:00)

Patinaje Iristaketa

Nacidos a partir de 2009

Ciudad Deportiva Tafalla

1 de julio a 7 de agosto

Martes y jueves

10:30-11:30

11:30-12:30

Abonados: 35 €

No abonados: 40 €

Ajedrez Xakea

Nacidos en 2007 y anteriores

Ciudad Deportiva Tafalla

2 de julio a 6 agosto

Lunes y miércoles

17:00-18:00

Abonados: 30 €

No abonados: 35 €

Batuka - Zumba infantil

Nacidos en 2008 y anteriores

Ciudad Deportiva Tafalla

1 de julio a 7 de agosto

Martes y jueves

10:30 (2002-2005)

11:30 (nacidos en 2006-2008)

Abonados: 30 €

No abonados: 35 €

Escalada Eskalada

Nacidos en 2002 y anteriores

Ereta

2 de julio a 6 agosto

Miércoles y viernes

19:00-20:30

Abonados: 40 €

No abonados: 45 €

Tenis Tenisa

Nacidos en 2008 y anteriores

Ciudad Deportiva Tafalla

1 de julio a 7 de agosto

Martes y jueves

10:30 (2002-2005)

11:30 (nacidos en 2006-2008)

Abonados: 35 €

No abonados: 40 €

INCRIPCIONES A ACTIVIDADES INFANTILES EN EL TELEFONO 012

DEL 16 AL 22 DE JUNIO PRUEBA ESTAS ACTIVIDADES ¡GRATIS!

Actividades para adultos Helduentzako jarduerak

23 de junio a 8 de agosto / Ekainak 23tik abuztuak 8ra

¡Paga una actividad y disfruta de todas!* Ordaindu jarduera bat eta guztiez gozatu!*

LUNES Y MIÉRCOLES ASTELEHENA ETA ASTEAZKENA	MARTES Y JUEVES ASTEARTEA ETA OSTEGUNA
09:30-10:30 Ciclo Indoor	08:45-09:30 Pilates Combinado*
10:00-11:00 Aquagym	09:30-10:30 Pilates Suelo
19:30-20:30 Pilates Combinado*	09:30-10:30 Gimnasia para mayores de 60 años
19:45-20:45 Body Pump	19:00-19:30 Pilates máquinas**
20:30-21:30 Pilates Suelo	20:00-21:00 Ciclo Indoor
	20:00-21:00 Pilates máquinas**
	20:30-21:30 Zumba

Plazos de inscripción

Apuntatzeko epeak

Abonados *Abonatuak*:

2-15 junio 2014

No abonados *Ez abonatuak*:

16-22 junio 2014

Formas de inscripción y tarifas Apuntatzeko erak eta tarifak

Bono "A"

Actividades de verano excepto pilates combinado y pilates máquinas (**)
Socios *Abonatuak*: 35 €
No socios *Ez abonatuak*: 70 €

Bono "B"

Actividades de verano + pilates combinado (*)
Socios *Abonatuak*: 45 €
No socios *Ez abonatuak*: 90 €

Bono "C"

Actividades de verano + pilates máquinas
Socios *Abonatuak*: 55 €
No socios *Ez abonatuak*: 110 €

Actividades alternativas

Ordezko jarduerak

Semana del txiki

4 a 10 de agosto

Encierros txikis

Campeonatos deportivos

Gymkanas

Concurso de disfraces

Hinchables

Competición natación

Acampada nocturna en la piscina

Concurso de dibujo

Fin de semana del abonado

8 a 10 de agosto

Concursos de calderetes, paellas, mus y chinchón

Semana de actividades gratuitas

4 de julio a 7 de agosto (al aire libre)

Lunes 4 de agosto

Body mind: body pump, pilates, easy line

Martes 5 de agosto

Aadd ritmic: fiesta latina, hip-hop, step

Miércoles 6 de agosto

Aquatic: zumba acuático, aquaerobic, aquagym

Jueves 7 de agosto

Tono: gap, tonificación...

Campeonatos populares

VII Campeonato de Balonmano

Ciudad Deportiva Tafalla

Inscripciones hasta el 23 de junio

Recoger bases en la Ciudad Deportiva

VII Campeonato de Baloncesto

Ciudad Deportiva Tafalla

Inscripciones hasta el 18 de junio

Recoger bases en la Ciudad Deportiva

Deportes colectivos infantiles

Taller de balonmano

Para niños nacidos

entre 2002 y 2006

2 a 30 de julio

Miércoles 17:00-18:00

ORGANIZA:

Club Balonmano Tafalla

Inscripción gratuita

Actividades gratuitas

Doako jarduerak

Si eres abonado juvenil

De 14-17 años

1 Spinning juvenil

Martes y jueves de julio

18:00-19:00

2 Fitness juvenil (gimnasio VIP)

Julio y primera quincena de agosto

17:30-18:30

18:30-19:30

Si eres abonado infantil

1 Carpa biblioteca y juegos tiempo libre

De 4 a 8 años

Disfruta pintando, leyendo y

haciendo manualidades

Martes y jueves

11:30-13:30 / 17:30-19:30 horas

2 Cursos deportivos infantiles

Taller multideporte

Juegos

Fútbol sala

Balonmano

Baloncesto

Lunes, miércoles y viernes

11:30-13:30

SÓLO POR SER ABONADO PUEDES INSCRIBIRTE A ESTAS DOS ACTIVIDADES

DEBES INSCRIBIRTE A LAS ACTIVIDADES GRATUITAS AL ADQUIRIR EL ABONO DE VERANO

