

**2020/21**

**NOVETATS!!  
INICI AL SETEMBRE  
NOVA TARIFA PLANA  
NOUS ESPAIS**



**ESCOLA**



**ESPORTIVA**



**MUNICIPAL**



**DE MEDIANA**

# INFORMACIÓ BÀSICA

## ACTIVITATS ESPORTIVES I DIRIGIDES

- Inici de les activitats al setembre.
- Totes les sessions són de 60 minuts.
- Primera sessió de prova gratuïta.
- Cada persona inscrita rebrà el reglament intern, que caldrà complir.
- Hi haurà nombre mínim d'inscrits per a cada activitat.
- Pagament per domiciliació bancària a l'inici del mes.
- La *Tarifa plana mensual* dona dret a accedir a les totes les activitats dirigides i a la sala fitness, sempre i quan no superi el límit d'abonats establert pel monitor per al desenvolupament correcte de l'activitat o quan l'abonat no tingui el nivell necessari per desenvolupar-la de forma segura.
- Per tal de garantir el bon funcionament de les activitats i regular l'aforament, els abonats de la *Tarifa plana mensual* hauran d'informar a recepció i inscriure's prèviament a les activitats a les que vulguin participar.

## ESPORTS COL·LECTIUS

- El pagament de les quotes serà per quadrimestres: dues quotes iguals (al novembre i al febrer), que s'abonaran de forma proporcional als mesos d'inscripció.
- La inscripció d'un menor a la *Quota futbol i bàsquet A o B* dona dret a un dels seus progenitors a accedir a la sala fitness durant l'horari de l'activitat del menor.
- Els menors de 16 anys inscrits a la *Quota futbol i bàsquet A* (i en competició federada) poden accedir a qualsevol activitat dirigida abonant la *Tarifa Plana mensual especial*.
- S'aplicarà un 30% de descompte al segon germà inscrit a la *Quota futbol i bàsquet A*, i en el cas que un d'ells participi en competicions federades.

## TARIFES

### NOVA TARIFA PLANA ◀◀◀◀◀◀◀◀◀

**Tarifa plana mensual** 30 €

Permet accedir a totes les activitats dirigides i al gimnàs

**Tarifa plana mensual especial** 10 €

Menors de 16 anys inscrits a la Quota futbol i bàsquet A federats

## ABONAMENTS MENSUALS

**Abonament sala fitness** 20 €

**Activitat dirigida 2 dies/setmana** 20 €

**Activitat dirigida 1 dia/setmana** 15 €

**Gimnàstica gent gran 2 dies/setmana** 10 €

**Entrada 1 dia** 5 €

## ESPORTS COL·LECTIUS

**Quota futbol i bàsquet A** 176 €

Curs sencer amb competició

**Quota futbol i bàsquet B** 120 €

Curs sencer sense competició

**Quota bàsquet amateur** 50 €

Curs sencer sense competició

## LLOGUER DELS ESPAIS

ZONA ESPORTIVA SANT JOAN DE MEDIONA

**Pista poliesportiva** 10 €/h

**Pista de tennis** 4 €/h

**Llum artificial pista de tennis** 2 €/h

**Pista de pàdel** 12 €/h

**Pista de pàdel 90 m** 16 €

**Llum artificial pista de pàdel** 2 €/h

**Lloguer raquetes de pàdel** 2 €/unitat

**Lloguer pilotes de pàdel** 1 €/3 pilotes

# ACTIVITATS I HORARIS

## NOUS ESPAIS



### SANT PERE SACARRERA I FONT DEL BOSC

#### DIRIGIDES CONTINUEDES ADULTS I JOVES

##### ESCOLA RENAIXENÇA

**Capoeira:** divendres, 17.30 h

##### AGRUPACIÓ ESPORTIVA

**Gimnàstica gent gran:** dimarts i dijous, 10 h

**Tai Chi:** dijous, 17 h

**Pàdel:** horari i grup per edat i nivell

**Tenis:** horari i grup per edat i nivell

#### DIRIGIDES CONTINUEDES INFANTILS

##### ESCOLA RENAIXENÇA

**Circ:** dilluns, 16.30 h

**Psicomotricitat:** dimarts i dijous, 16.30 h

**Iniciació esportiva:** dimarts i dijous, 17.30 h

**Capoeira:** divendres, 16.30 h

##### AGRUPACIÓ ESPORTIVA

**Pàdel entre setmana:** horari i grup per edat i nivell

**Tenis entre setmana:** horari i grup per edat i nivell

### ZONA ESPORTIVA SANT JOAN DE MEDIONA

#### DIRIGIDES CONTINUEDES ADULTS I JOVES

**Gimnàstica gent gran:** dilluns i dimecres, 10 h

**Fitness dirigit:** dilluns i dimecres, 10.15 h

**Hipopressives:** dilluns i dimecres, 17 h

**Pilates:** dilluns i dimecres, 18 h

**Entrenament:** dilluns, 19.45 h i dijous, 19.30 h

**loga Iniciació:** dimarts, 18 h

**loga:** dimarts, 19 h

**Tenis taula:** dimecres, 17 h

**Dance:** dimecres, 19.30 h

**Kung Fú:** dijous, 18.45 h

**Tai Chi:** dijous, 19.45 h

**Marxa nòrdica:** divendres, 16 h

**Tenis cap de setmana:** dissabte, 11 h

# ACTIVITATS I HORARIS

## ZONA ESPORTIVA SANT JOAN DE MEDIONA

### DIRIGIDES CONTINUADES INFANTILS

**Circ:** dilluns, 18 h

**Tenis taula:** dimecres, 17 h

**Teles:** dimecres, 17 h, 18 h o 19 h o divendres, 17 h o 18 h

**Psicomotricitat:** dimecres i divendres, 17.15 h

**Iniciació esportiva:** dimecres i divendres, 18.15 h

**Tenis entre setmana:** dimecres, dijous o divendres (horari i grup per edat i nivell)

**Pàdel entre setmana:** dimecres, dijous o divendres, 17 h

**LLIC (Lluita integrativa):** dijous, 17.15 h

**Capoeira:** divendres, 19.15 h

### ESPORTS COL·LECTIUS I DE COMPETICIÓ

Activitats d'equip amb i sense competició.

Participen a les lligues dels Jocs Esportius Escolars de Catalunya (JEEC) o a les lligues de la Federació Catalana de Futbol (FCF) i de Bàsquet (FCB).

Els partits es juguen segons els calendaris de les lligues respectives.

#### FUTBOL

**Prebenjamí mixte JEEC:** dimarts i dijous

**Aleví mixte FCF:** dimarts i dijous

**Cadet masculí FCF:** dimarts i dijous

**Juvenil masculí FCF:** dimarts i dijous

#### BÀSQUET

**Escoleta:** dimarts i dijous

**Benjamí mixte JEEC:** dimarts i dijous

**Aleví mixte JEEC:** dimarts i dijous

**Infantil mixte JEEC:** dilluns i dijous

**Cadet femení FCB:** dimarts i dijous

**Cadet masculí FCB:** dimarts i dijous

**Júnior femení FCB:** dilluns i dijous

#### AMATEURS ADULTS

**Bàsquet amateur femení:** dilluns i partits amistosos

**Bàsquet amateur masculí:** dimecres



Ajuntament  
de Mediona



**MEDIONA**  
Escola Esportiva Municipal

## **INFORMACIÓ I INSCRIPCIONS**

**Poliesportiu Municipal Antoni Ramallets**

[esports@mediona.cat](mailto:esports@mediona.cat)

938 985 867

[www.mediona.cat](http://www.mediona.cat) i al nostre facebook

## **ESPAIS DE PRÀCTICA ESPORTIVA**

**Zona Esportiva de Sant Joan**

Zona esportiva, s/n

**Agrupació Esportiva La Font del Bosc**

Carrer Natació. La Font del Bosc

**Escola Renaixença**

Carrer de l'escola. Sant Pere Sacarrera