



ACTIVIDADES

2026/2027



| LUNES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |        |  |           |       | MARTES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |  |        |  |           | MIÉRCOLES                                                                                                                                                                                                                                                           |       |            |        |  |        | JUEVES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |           |       |       |            |        | VIERNES                                                                                                                          |        |  |           |            |        | SÁBADO                                                                               |            |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------|--|-----------|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--|--------|--|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------|--------|--|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------|-------|------------|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--|-----------|------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------|--|
| SALA 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  | SALA 5 |  | BALNEARIO | OTROS | SALA CICLO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | SALA 4 |  | SALA 5 |  | BALNEARIO | OTROS                                                                                                                                                                                                                                                               | CORAL | SALA CICLO | SALA 4 |  | SALA 5 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | BALNEARIO | OTROS | CORAL | SALA CICLO | SALA 4 |                                                                                                                                  | SALA 5 |  | BALNEARIO | SALA CICLO | SALA 4 |                                                                                      | SALA CICLO |  |
| <div><div>TONO PUMP 9:30</div><div>GYM ADULTOS 10:30</div><div>CIRCUITO EN SALA (FUNCIONAL) 10:30</div><div>AQUAGYM 9:30</div></div>                                                                                                                                                                                                                               |  |        |  |           |       | <div><div>CICLOFIT 75´</div><div>HIPOPRESIVOS 9:30</div><div>AQUAGYM 9:30</div><div>AQUAGYM 10:30</div><div>GYM ADULTOS SALA 2/3 10:00</div><div>CICLOFIT 75´ 9:30</div><div>CICLO 8:30</div></div>                                                                                                                                        |        |  |        |  |           | <div><div>TONO PUMP 9:30</div><div>GYM ADULTOS 10:30</div><div>YOGA 10:30</div><div>AQUAGYM 9:30</div><div>CIRCUITO EN SALA (FUNCIONAL) 9:00</div></div>                                                                                                            |       |            |        |  |        | <div><div>CICLOFIT 75´</div><div>AQUAGYM 9:30</div><div>GYM ADULTOS 10:00</div><div>CICLOFIT 75´ 9:30</div><div>CICLO 8:30</div></div>                                                                                                                                                                                                     |           |       |       |            |        | <div><div>HIPOPRESIVOS 9:30</div><div>YOGA 10:30</div><div>CIRCUITO EN SALA (FUNCIONAL) 10:30</div><div>AQUAGYM 9:30</div></div> |        |  |           |            |        | <div><div>CICLOFIT 90´</div><div>CICLO 9:00</div><div>CICLOFIT 90´ 10:00</div></div> |            |  |
| SALA 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  | SALA 5 |  | BALNEARIO | OTROS | SALA CICLO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | SALA 4 |  | SALA 5 |  | BALNEARIO | OTROS                                                                                                                                                                                                                                                               | CORAL | SALA CICLO | SALA 4 |  | SALA 5 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | BALNEARIO | OTROS | CORAL | SALA CICLO | SALA 4 |                                                                                                                                  | SALA 5 |  | BALNEARIO | SALA CICLO | SALA 4 |                                                                                      | SALA CICLO |  |
| <div><div>CICLOFIT 75´</div><div>CICLOFIT 75´</div><div>AEROBIC -STEP 18:00</div><div>ZUMBA 19:00</div><div>GAP 20:00</div><div>TRX 45´ 20:00</div><div>HIPOPRESIVOS +PILATES 17:00</div><div>AQUAGYM 18:30</div><div>PILATES (SALA CORAL) 18:00</div><div>CICLOFIT 75´ 16:15</div><div>CICLOFIT 75´ 17:30</div><div>CICLO 18:45</div><div>CICLO 19:45</div></div> |  |        |  |           |       | <div><div>TONO PUMP 16:00</div><div>ENT. TOTAL 17:00</div><div>PILATES AV. 18:00</div><div>TONO PUMP 19:00</div><div>CICLOFIT 75´</div><div>BOXEO 20:45</div><div>CROSS TRAINING (HEGOALDE) 18:00</div><div>PILATES (SALA CORAL) 18:00</div><div>PILATES (SALA CORAL) 19:00</div><div>CICLO 18:30</div><div>CICLOFIT 75´ 19:30</div></div> |        |  |        |  |           | <div><div>CICLOFIT 75´</div><div>CICLOFIT 75´</div><div>AEROBIC -STEP 18:00</div><div>TONO PUMP 19:00</div><div>GAP 20:00</div><div>TRX 45´ 20:00</div><div>CICLOFIT 75´ 16:15</div><div>CICLOFIT 75´ 17:30</div><div>CICLO 18:45</div><div>CICLO 19:45</div></div> |       |            |        |  |        | <div><div>TONO PUMP 16:00</div><div>ENT. TOTAL 17:00</div><div>PILATES AV. 18:00</div><div>TONO PUMP 19:00</div><div>CICLOFIT 75´</div><div>BOXEO 20:45</div><div>CROSS TRAINING (HEGOALDE) 18:00</div><div>PILATES (SALA CORAL) 18:00</div><div>PILATES (SALA CORAL) 19:00</div><div>CICLO 18:30</div><div>CICLOFIT 75´ 19:30</div></div> |           |       |       |            |        | <div><div>TONO PUMP 17:30</div><div>CICLO 90´ 18:30</div></div>                                                                  |        |  |           |            |        |                                                                                      |            |  |
| SALA 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  | SALA 5 |  | BALNEARIO | CORAL | SALA CICLO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | SALA 4 |  | SALA 5 |  | BALNEARIO | OTROS                                                                                                                                                                                                                                                               | CORAL | SALA CICLO | SALA 4 |  | SALA 5 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | BALNEARIO | OTROS | CORAL | SALA CICLO | SALA 4 |                                                                                                                                  | SALA 5 |  | BALNEARIO | SALA CICLO | SALA 4 |                                                                                      | SALA CICLO |  |
| LUNES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |        |  |           |       | MARTES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |  |        |  |           | MIÉRCOLES                                                                                                                                                                                                                                                           |       |            |        |  |        | JUEVES                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |           |       |       |            |        | VIERNES                                                                                                                          |        |  |           |            |        | SÁBADO                                                                               |            |  |

# INFORMACIÓN GENERAL

Las inscripciones para todos los cursos se abren el martes 1 de septiembre a las 9 horas y son para el curso completo (aunque se cobren en dos veces)

El curso comienza el 21 de septiembre de 2026 y termina el 12 de junio de 2027.  
Las clases se interrumpen desde el 20 de diciembre hasta el 6 de enero (ambos incluidos)

Los precios indicados son para todo el curso. Se cobra la mitad en septiembre y la otra mitad en febrero.

Si alguien no quiere continuar durante el segundo cuatrimestre debe comunicarlo en oficinas antes del 20 de enero.

La actividad de cross training se realizará en la Ikastola hasta diciembre y a partir de enero pasará a una sala de Oberena.

Las actividades que figuran al mismo tiempo en color verde y en color azul es porque reservan 10 plazas para el grupo cerrado y el resto para multiactividad.

## GRUPOS CERRADOS

### AQUAGYM

#### PRECIOS

**390 € (3 días a la semana)**

**330 € (2 días a la semana)**

### CIRCUITO EN SALA (FUNCIONAL)

#### PRECIO

**330€ (3 días a la semana)**

### PILATES (LUNES EN MIXTO)

#### PRECIO

**170€ (1 día a la semana)**

### GIMNASIA ADULTOS

#### PRECIO

**290€ (2 días a la semana)**

### PILATES - YOGA - HIPOPRESIVOS

#### PRECIO

**330€ (2 días a la semana)**

# MULTIACTIVIDAD

Los socios y socias que se inscriban en esta modalidad podrán reservar en cualquiera de las clases que aparecen en color azul en el programa/calendario.

Hay que hacer reserva previa a través de la app/web.

El número de plazas disponibles viene determinado por el aforo máximo de cada actividad.

Las sesiones correspondientes al bono multiactividad que no puedan ser impartidas por causa justificada, no serán abonadas, dado que se entiende que pueden sustituirse por otras actividades incluidas en el mismo bono.

Puede haber cambios a lo largo del año para quitar actividades de baja asistencia e incorporar otras más demandadas.

## MULTIACTIVIDAD

### PRECIOS

**330€ (2 SESIONES A LA SEMANA)**

**390€ (ILIMITADO)**

## GIMNASIO

Para tener acceso a la sala hay que tener 18 años cumplidos.

Los socios de 16 y 17 años también pueden acceder, pero solo tendrán acceso en el horario del monitor (mañanas de 9 a 12 y tardes de 17 a 21 horas).

Además, su tutor/a legal tendrá que firmar el consentimiento en oficinas.

### PRECIOS

**2€ - DÍA**

**10€ - MES**

**20€ - TRIMESTRE**

**80€ - AÑO**