



Cursos Deportivos 2024/25



Ayuntamiento de
Pamplona
Iruñeko Udala

**Nafarroako
Gobernua**



**Gobierno
de Navarra**

Patrocinadores de las secciones deportivas
del Club Natación Pamplona

Enseñanza de Natación Infantil

Los bebés de hasta 36 meses deberán acudir a la piscina acompañados de un padre, madre o tutor que participará en la sesión dentro de la piscina. En los grupos determinados como dobles se incluyen dos sesiones de media hora en una hora. Los monitores/as, después de evaluar el nivel de los alumnos/as el primer día, les ubicarán en un grupo u otro de los que componen cada hora de clase ofertada. Los bebés menores de dos años hijos de un socio/a podrán inscribirse en el plazo y con la tarifa marcada para socios/as.

Nivel	Grupos	Pago socios	Pago no socios
Baby 16 a 24 meses	<ol style="list-style-type: none"> 1 Viernes de 16 a 16,30 h. 2 Viernes de 17 a 17,30 h. 	78,80 € septiembre 78,80 € enero	33,50 €/mes
Baby 25 a 36 meses	<ol style="list-style-type: none"> 3 Viernes de 16,30 a 17 h. 4 Viernes de 17,30 a 18 h. 5 Viernes de 18 a 18,30 h. 		
Baby 3 años	<ol style="list-style-type: none"> 6 Miércoles de 17 a 17,30 h. 7 Miércoles de 17,30 a 18 h. 8 Jueves de 16,45 a 17,15 h. 9 Viernes de 18,30 a 19 h. 		
Iniciación	<ol style="list-style-type: none"> 10 Lunes de 17,30 a 18,30 h. (grupo doble) 11 Miércoles de 16,30 a 17 h. 12 Miércoles de 18 a 19 h. (grupo doble) 13 Jueves de 17,15 a 17,45 h. 14 Sábados de 10,30 a 11,30 h. (grupo doble) 		
Perfeccionamiento	<ol style="list-style-type: none"> 15 Miércoles de 19 a 19,30 h. 16 Viernes de 19 a 19,30 h. 	113,60 € septiembre 113,60 € enero	50,50 €/mes
	<ol style="list-style-type: none"> 17 Lunes de 18,30 a 19,15 h. 18 Lunes de 19,15 a 20 h. 19 Martes de 17 a 17,45 h. 		



● Escuela y Equipo de Natación

Promovemos la natación competitiva en todas sus categorías. La sección está abierta a todos los socios y socias interesados/as que tengan un nivel óptimo. Consulte con nuestras entrenadoras. Lunes 2 y martes 3 de septiembre a las 17,30 h. en la piscina cubierta. Licencia federativa obligatoria no incluida.





Nivel	Grupos	Pago socios	Pago no socios
Escuela de Natación Nacidos/as entre 2012 y 2016. Para chicos y chicas que hayan realizado cursos de perfeccionamiento. Nivel no competitivo.	1 Martes y jueves de 18,15 a 19,30 h.	152,60 € septiembre	52,60 €/mes*
Equipo Benjamín Nacidos/as en 2014 y 2015	2 Martes y jueves de 18,15 a 19,30 h.	152,60 € enero	
Equipo Alevín Nacidos/as en 2012 y 2013	3 Lunes, martes y jueves de 18,15 a 19,30 h. Miércoles 18,30 a 19,30 h. (en seco).	196,60 € septiembre	54,80 €/mes*
Equipos Infantil Nacidos/as en 2010 y 2011	4 Lunes, martes miércoles y jueves de 16,30 a 18,15 h. y miércoles de 18,30 a 19,30 h. (en seco).	196,60 € enero	
Equipos Junior y Absoluto Nacidos/as de 2009 en adelante	5 Lunes, martes y jueves de 16,30 a 18,15 h. Miércoles y viernes de 16,30 a 18,30 h.		
Equipo máster (veteranos)	6 Martes de 19,30 a 20,30 h.	62,10 € septiembre 62,10 € enero	

*Sólo si participan en competición escolar. Si participan en competición autonómica o nacional deben darse de alta como socios/a o como socios/as deportistas.

Natación Artística

Para participar en el nivel iniciación se debe pasar previamente una prueba de nivel. Quienes no la hayan hecho en junio pueden pedir cita para la misma en el e-mail coordinador@clubnatacionpamplona.com. Para participar en el grupo máster no es necesaria prueba de nivel. El resto de equipos son grupos cerrados de competición; en estos casos se podrá añadir una hora extra de entrenamiento específico de natación en horarios a concretar. Licencia federativa obligatoria no incluida.



Nivel	Grupos	Pago socios	Pago no socios
Iniciación Nacidos/as en 2013 y años posteriores	1 Sábados de 10,30 a 11,30 h. (piscina)	106,10 € septiembre 106,10 € enero	43,90 €/mes
 Equipo Máster Nacidos/as en 1994 y mayores	2 Sábados de 9 a 10,30 h. (piscina)	157,80 € septiembre 157,80 € enero	65,90 €/mes
 Equipo Alevín	3 Martes 18 a 19 h. (seco) y 19,15 a 20,45 h. (agua). Sábados 11,30 a 13 h. (agua).	47,70 €/mes	
 Equipo Infantil	4 Miércoles 17,30 a 18, 30 h. (seco) y 19,15 a 20,45 h. (agua). Viernes 17,30 a 19 h. (agua).		
 Equipo Junior	5 Lunes 18,15 a 19,15 h. (seco) y 19,30 a 21 h. (agua). Viernes de 19 a 20,30 h. (agua).		



Enseñanza de Natación Adultos

Nunca es tarde para aprender de cero y disfrutar de la natación. También hay opciones para mantener y perfeccionar nuestra técnica. Los monitores podrán proponer a los alumnos/as cambios de grupo en función de su nivel.



Nivel	Grupos	Pago socios	Pago no socios
Iniciación	1 Sábados de 9,45 a 10,30 h.	90,80 € septiembre 90,80 € enero	40,40 €/mes
Mantenimiento/ perfeccionamiento	2 Lunes de 20 a 20,45 h. 3 Sábado de 9 a 9,45 h.		
		4 Martes y jueves de 17,45 a 18,30/18,30 a 19,15 h. (Grupo doble. Los alumnos se dividirán entre los dos horarios según su nivel).	181,80 € septiembre 181,80 € enero



● Triatlón


Deporte que combina tres disciplinas deportivas: el ciclismo, la natación y la carrera a pie. Entrenamientos orientados a la preparación de competiciones. La pertenencia al equipo de adultos lleva aparejada una **cuota anual de 51,80 €**, que se cobrará en enero, independientemente de si está inscrito a los entrenamientos o no. Licencia federativa obligatoria no incluida.

Nivel	Grupos	Pago socios
Adultos Nacidos/as en 2007 y mayores	1 Martes 18,30 a 20 h. (spinning). Miércoles de 18 a 19,30 h. (piscina). Se añade una sesión más de natación y otra de carrera sin presencia de entrenador.	133 € septiembre 133 € enero



Piragüismo

Por motivos meteorológicos los cursos de iniciación se desarrollan sólo en primavera. Se admiten nuevas incorporaciones al equipo para chicos y chicas Nacidos/as entre 2011 y 2015 pero para ello se deberá participar en la jornada de puertas abiertas programada para el miércoles 4 de septiembre de 16,30 a 17,30. Ese día se podrá probar la actividad y se harán pruebas de admisión. Las bajas en el equipo se deberán notificar entre el 1 y el 14 de septiembre en el e-mail piraguismo@clubnatacionpamplona.com Salvo causa justificada, no se admiten bajas fuera de este plazo eludiendo el pago de las cuotas. Licencia federativa obligatoria no incluida.

Nivel	Grupos	Pago socios	Pago no socios
Curso iniciación infantil Niños/as con los 8 años cumplidos o mayores que sepan nadar	1 Sábados de 11,30 a 13 h. TANDA: Del 26 de abril al 21 de junio	82,80 € septiembre	124,20 € septiembre
Curso iniciación adultos A partir de 14 años	2 Sábados de 9,30 a 10,30 h. 3 Sábados de 10,30 a 11,30 h. TANDA: Del 26 de abril al 21 de junio	62,10 € septiembre	93,20 € septiembre
 Equipo de competición	4 Lunes, miércoles y viernes de 16,30 a 18,30 h.	124,20 € en octubre, enero y abril *Cuota reducida: 98,30 € en octubre y enero.	

*Se aplicará la cuota reducida sólo en caso de darse sólo uno de los siguientes requisitos: Asistir a los entrenamientos con monitor, tener piragua propia, hacer uso del presupuesto para desplazamientos a competiciones. Si se dan dos o tres requisitos se aplicará la cuota trimestral

Bonos multiactividad

Los socios y socias que se inscriban bajo estas modalidades podrán acceder a cualquiera de las clases ofertadas en el cuadro. Se requerirá de reserva previa a través de la app móvil, la página web o en portería con 24 horas de antelación como máximo. La disponibilidad de plazas será limitada de acuerdo al aforo de cada actividad. En los periodos marcados como no lectivos (en azul) en el calendario al final de este folleto se programarán clases con un calendario más reducido de 3 clases diarias aproximadamente a las que sólo podrán acceder los socios y socias que tengan bonos multiactividad.

BONO ILIMITADO	Da acceso a todas las clases ofertadas sin limitación	PAGO 148,50 € en septiembre, en enero y en abril
BONO FLEXIBLE	Da acceso a 2 clases semanales de las ofertadas	PAGO 120,80 € en septiembre, en enero y en abril
BONO DEPORTE JOVEN Destinado a socios/as menores de 30 años	Da acceso a todas las clases ofertadas sin limitación	PAGO 112,20 € en septiembre, en enero y en abril

	LUNES			MARTES			MIÉRCOLES			JUEVES			VIERNES			
9,00																
9,15																
9,30	GIMNASIA DE MANTENIMIENTO 09,30-10,15 Gim-2	FUNCIONAL 09,30-10,30 G. Musculación		GIMNASIA DE MANTENIMIENTO 09,30-10,15 Gim-2	FUNCIONAL 09,30-10,30 G. Musculación		GIMNASIA DE MANTENIMIENTO 09,30-10,15 Gim-2			GIMNASIA DE MANTENIMIENTO 09,30-10,15 Gim-2	FUNCIONAL 09,30-10,30 G. Musculación	GIMNASIA DE MANTENIMIENTO 09,30-10,15 Gim-2				
9,45																
10,00																
10,15																
10,30				AQUAGYM 10,30-11,15 P. Enseñanza.						AQUAGYM 10,30-11,15 P. Enseñanza.			AQUAGYM 10,30-11,15 P. Enseñanza.			
11,00																
11,15	PILATES 11,15-12,15 Gim-2						PILATES 11,15-12,15 Gim-2									
11,30																
11,45																
12,00																
17,00	HIPOPRESIVOS 17,00-17,30 Gim-2			GIMNASIA DE MANTENIMIENTO 17,00-18,00 Gim-2			HIPOPRESIVOS 17,00-17,30 Gim-2			GIMNASIA DE MANTENIMIENTO 17,00-18,00 Gim-2						
17,15																
17,30	YOGA 17,30-18,30 Gim-1	BODY-TONIC 17,30-18,30 Gim-3		PILATES 18,00-19,00 Gim-2			TAI-CHI 17,45-18,45 Gim-1	BODY-TONIC 17,30-18,30 Gim-3		GIMNASIA DE MANTENIMIENTO 18,00-19,00 Gim-2	FIT BOXING 18,00-19,00 Gim-3	GIMNASIA DE MANTENIMIENTO 18,00-19,00 Gim-2	FUNCIONAL 17,30-18,30 G. Musculación			
17,45																
18,00																
18,15																
18,30																
18,45																
19,00	AQUAGYM 19,00-19,45 P. Enseñanza	ENTRETIAMIENTO EN SUSPENSIÓN 18,30-19,30 Gim-3	SPINNING 18,30-19,30 S. Runa	CROSS TRAINING 19,00-20,00 Gim-2.	PILATES AVANZADO 19,00-20,00 Gim-3		AQUAGYM 19,00-19,45 P. Enseñanza	ENTRETIAMIENTO EN SUSPENSIÓN 18,30-19,30 Gim-3	SPINNING 18,30-19,30 S. Runa	CROSS TRAINING 19,00-20,00 Gim-2	PILATES AVANZADO 19,00-20,00 Gim-3	AQUAGYM 19,00-19,45 P. Enseñanza	GIMNASIA DE MANTENIMIENTO 20,00-21,00 Gim-2	SPINNING 20,00-21,00 S. Runa		
19,15																
19,30																
19,45																
20,00	ZUMBA 19,30-20,30 Gim-2	POWER-CYCLING 19,30-20,30 S. Runa		CROSS TRAINING 20,00-21,00 Gim-2	SPINNING 20,00-21,00 S. Runa		ZUMBA 19,30-20,30 Gim-3	POWER-CYCLING 19,30-20,30 S. Runa	FUNCIONAL 19,30-20,30 G. Musculación							
20,15																
20,30																
20,45																
21,00																

Acondicionamiento físico y tonificación
 Cardiovascular
 Wellness y bienestar

ACTIVIDADES DIRIGIDAS:

Inscripción por actividades sueltas Para aquellas personas que prefieran tener su plaza reservada en su actividad favorita sin necesidad de hacer reserva previa ofrecemos la posibilidad de inscripción directa a los siguientes grupos.

Actividad	Grupos	Pago socios	Pago no socios
Cross training	1 Martes y Jueves de 19 a 20 h.	171,20 € septiembre 171,20 € enero	63,10 €/mes
Zumba	2 Lunes y miércoles de 19,30 a 20,30 h.		
Entrenamiento en suspensión	3 Lunes y miércoles de 18,30 a 19,30 h.		
Power-Cycling	4 Lunes y miércoles de 19,30 a 20,30 h.		
Tai-Chi	5 Miércoles de 17,45 a 18,45 h.	85,60 € septiembre 85,60 € ebero	31,70 €/mes
Fit Boxing Nueva actividad	6 Jueves de 18 a 19 h.		
Spinning	7 Viernes de 18,30 a 19,30 h.		
	8 Lunes y miércoles de 18,30 a 19,30 h.	171,20 € septiembre 171,20€ enero	63,10 €/mes
	9 Martes y jueves de 20 a 21 h.		
Body-Tonic	10 Lunes y miércoles de 17,30 a 18,30 h.	42,70 € septiembre y enero	15,80 €/mes
Hipopresivos	11 Miércoles de 9 a 9,30 h.		
Aquagym	12 Lunes y miércoles de 17 a 17,30 h.	85,60 € septiembre 85,60 € enero	31,70 €/mes
	14 Viernes de 10,30 a 11,15 h. 15 Viernes de 19 a 19,45 h.		
	16 Martes y jueves de 10,30 a 11,15 h. 17 Lunes y miércoles de 19 a 19,45 h.	171,20 € septiembre 171,20 € enero	63,10 €/mes
	Pilates		

Actividad	Grupos	Pago socios	Pago no socios
Pilates avanzado	20 Martes y jueves de 19 a 20 h.	171,20 € septiembre 171,20 € enero	63,10 €/mes
Gimnasia de mantenimiento 5 días	21 Lunes a viernes de 9,30 a 10,15 h.	129,40 € septiembre 129,40 € enero	73,30 €/mes
Gimnasia de mantenimiento 2 días	22 Martes y jueves de 17 a 18 h.	98,30 € septiembre 98,30 € enero	63,10 €/mes
Yoga	23 Lunes de 17,30 a 19 h.	128,30 € septiembre 128,30 € enero	47,60 €/mes
Entrenamiento funcional La inscripción será por sesiones sueltas a través de la app móvil o la página web. Para poder inscribirse deberá adquirir previamente el bono o la sesión en oficinas.	24 Lunes de 9,30 a 10,30 h. 25 Martes de 9,30 a 10,30 h. 25 Miércoles de 19,30 a 20,30 h. 26 Jueves de 9,30 a 10,30 h. 27 Viernes de 17,30 a 18,30 h.	Sesión suelta: 4,90 € Bono 10 sesiones: 40,40 €	

BOXEO

Clases de iniciación a este clásico deporte en las que conseguiremos liberar estrés, mejorar la concentración y la resistencia física.



ZUMBA TXIKI

Disfruta de las divertidas coreografías de zumba adaptadas al público más joven. Destinado a chicos y chicas Nacidos/as entre 2010 y 2017

Nueva actividad



Grupo	Pago socios	Pago no socios
1 Lunes de 19,30 a 21 h.	128,30 € septiembre 128,30 € enero	47,60 €/mes

Grupo	Pago socios	Pago no socios
1 Lunes 18,30-19,30	85,60 € septiembre 85,60 € enero	31,70 €/mes

Deporte para veteranos

Programa de entrenamiento específico diseñado para mayores de 60 años. De una forma amena y divertida los alumnos/as que acudan a las clases lograrán una mejora de sus capacidades físicas y su calidad de vida, permitiendo afrontar el día a día con más energía.

Grupo	Pago socios	Pago no socios
1 Lunes y miércoles de 10,15 a 11,15 h. 2 Martes y jueves de 11,30 a 12,30 h.	95,70 € septiembre 95,70 € enero	44 €/mes
3 Viernes de 11,30 a 12,30 h.	47,90 € septiembre 47,90 € enero	22 €/mes



Acuagym family

Nueva actividad

Una clase divertida de fitness acuático en la que podrán participar los socios/as adultos junto con sus hijos e hijas (un menor por cada adulto inscrito) Los menores deberán tener entre 5 y 12 años y deberán saber nadar.

Grupo	Pago socios	Pago no socios
1 Martes 18,30 a 19,30 h.	85,60 € septiembre 85,60 € enero	31,70 €/mes

Cross-training Junior

Entrenamiento especialmente pensado para jóvenes y adolescentes basado en los principios del entrenamiento funcional. Combinación de ejercicios de fuerza y cardio con elementos como pesas, balón, circuitos de agilidad, coordinación etc, sin dejar de lado la cara divertida y lúdica del deporte. Destinado a chicos y chicas Nacidos/as entre 2007 y 2011.

Nueva actividad

Grupo	Pago socios	Pago no socios
1 Lunes de 17,30 a 18,30 h.	85,60 € septiembre 85,60 € enero	31,70 €/mes

Swing

Clases de iniciación a esta divertida disciplina de baile. Descubre los movimientos de Lindy Hop, Charleston o Balboa. Pasos divertidos y accesibles en los que podrás descubrir la fantástica cultura del Jazz.

Nueva actividad

Grupo	Pago socios	Pago no socios
1 Viernes de 18,30 a 19,30 h.	86,50 € septiembre 86,50 € enero	31,70 €/mes

Sala de musculación

Para tener el acceso gratuito a la sala hay que tener los 18 años cumplidos y se deben tener conocimientos previos. Para ello se puede realizar el curso de tres meses o bien acreditar esos conocimientos mediante un certificado de otro centro deportivo. Los socios/as de 16 y 17 años también pueden acceder a la sala pero deben darse de alta en el servicio de asesoramiento de forma permanente y sólo tendrán acceso en el horario del monitor. Además su tutor/a legal deberá firmar un consentimiento expreso en oficinas. Una vez que cumplan 18 años podrán tener acceso libre y gratuito en caso de que hayan estado los seis meses previos dados de alta en el asesoramiento. En caso contrario deberán darse de alta en el curso de acceso. Para solicitar su tabla o pedir una revisión se debe coger cita previa a través de la app del Club.



Modalidad	Pago	Horarios del monitor
Curso de acceso 3 meses	31,50 €/mes	Mañanas De lunes a viernes de 08,30 a 11 h. Sábados de 10 a 12 h. Tardes De lunes a jueves de 17 a 20,30 h. Viernes de 17 a 18,30 h.
Asesoramiento Servicio permanente. Para aquellas personas que prefieran que los monitores les prescriban periódicamente rutinas de ejercicios.	8,20 €/mes	
Entrenamiento personal Destinado a personas que necesitan un entrenamiento guiado y personalizado enfocado a objetivos concretos (salud, pérdida de peso, rendimiento deportivo etc...).	Precio por persona 30 minutos 1 sesión 24,80 € 5 sesiones 116,40 € 10 sesiones 225,60 € Precio por persona 60 minutos 1 sesión 41,40 € 5 sesiones 199,20 € 10 sesiones 386 €	Horarios abiertos en función de la disponibilidad del alumno/a. Pida cita con los monitores de la sala. Evaluación inicial gratuita.
Preparación Física y prevención de lesiones Servicio de asesoramiento deportivo realizado por un equipo interdisciplinar compuesto por entrenador y fisioterapeuta.	35 € Sesión que se deberá abonar directamente al entrenador	Cita previa a través de la app del Club



Tenis


A aquellas personas que hayan cursado tenis anteriormente, el entrenador les ha asignado un grupo. Las plazas se adjudicarán de acuerdo a este listado, por lo que no es necesario que pasen por oficinas a inscribirse. No obstante la composición de los grupos se publicará en las listas provisionales. En las clases de iniciación 1º nivel y de adultos sí se requerirá de inscripción on-line o en oficinas. La oferta puede sufrir cambios por motivos de organización. Licencia federativa obligatoria no incluida.

Nivel	Grupos	Pago socios	Pago no socios
Iniciación de 1º nivel Nacidos/as entre 2015 y 2018	1 Martes de 18 a 19 h.	124,20 € septiembre 80,20 € enero 80,20 € abril	47,40 €/mes
Iniciación de 1º nivel Nacidos/as entre 2012 y 2014	2 Jueves de 18 a 19 h.		
Iniciación de 1º nivel Nacidos/as en 2011 y mayores	3 Martes de 17 a 18 h.		
Iniciación de 2º nivel Nacidos/as entre 2015 y 2018	4 Lunes de 18 a 19 h. 5 Viernes de 18 a 19 h.	134,50 € septiembre 88 € enero 88 € abril	51,70 €/mes
Iniciación de 2º nivel Nacidos/as entre 2012 y 2014	6 Lunes de 19 a 20 h.		
Perfeccionamiento Grupo Alevín	7 Miércoles de 18 a 19 h.		
Perfeccionamiento Grupo Infantil-Cadete masculino	8 Lunes de 17 a 18 h.		
Perfeccionamiento Grupo Infantil-Cadete femenino	9 Jueves de 17 a 18 h.		



Nivel	Grupos	Pago socios	Pago no socios
● Perfeccionamiento Grupo Cadete-Junior	9 Miércoles y viernes de 17 a 18 h.	181,10 € septiembre 157,80 € enero 157,80 € abril	82,80 €/mes
● Competición	10 Martes y jueves de 19 a 20 h	227,70 € septiembre 194 € enero 194 € abril	93,10 €/mes
Adultos Iniciación Consultar nivel con el entrenador en el correo: tenis@clubnatacionpamplona.com	12 Martes de 10 a 11 h. 13 Jueves de 10 a 11 h. 14 Miércoles de 19 a 20 h.	176 € septiembre 144,90 € enero 144,90 € abril	77,60 €/mes
● Adultos perfeccionamiento consultar nivel con el entrenador en el correo: tenis@clubnatacionpamplona.com	15 Lunes de 20 a 21 h. 16 Martes de 9 a 10 h. 17 Martes de 20 a 21 h. 18 Jueves de 9 a 10 h. 18 Jueves de 20 a 21 h. 19 Viernes de 19 a 20 h.		
● Equipo absoluto	20 Miércoles y viernes de 20 a 21 h.	103,50 € septiembre 103,50 € enero	

Tenis de mesa Actividad destinada a niños/as y jóvenes Nacidos/as en 2018 y mayores en todos sus niveles, desde iniciación hasta competición a nivel nacional. Una actividad apta para todos que estimula aspectos como la concentración, la coordinación, el equilibrio y la motricidad. Licencia federativa obligatoria no incluida.

Nivel	Grupos	Pago socios	Pago no socios
Escuela	1 Martes y jueves de 18 a 19,30 h. 2 Miércoles y viernes de 19 a 20,30 h.	82,80 € septiembre 82,80 € enero	27,60 €/mes
 Equipo de competición	3 Lunes martes y jueves de 19,30 a 21 h.	88 € septiembre 88 € enero	

Pádel Las personas interesadas deben ponerse en contacto con el director de la escuela, Daniel Carlucci, en el correo danielcarluccificalora@gmail.com o en el teléfono 685 762 443 antes del jueves 12 de septiembre a las 20 h. indicando su nombre, apellidos y número de socio, así como su disponibilidad horaria y su nivel. La adjudicación de las plazas se realizará de acuerdo a los datos que facilite el director de escuela y si fuera necesario previo sorteo que se realizará el viernes 13 de septiembre a las 17 h. La relación de admitidos/as se publicará en las listas provisionales el lunes 16 de septiembre. Las personas no socias podrán inscribirse a las plazas que hayan quedado libres a partir del día 23 de septiembre. La pertenencia a los equipos de competición lleva aparejada una cuota de 30,80 € que se cobrará en enero.

Nivel	Grupos	Pago socio	Pago no socios
Adultos 1 día semanal	De acuerdo a la planificación facilitada por el director de la escuela	165,60 € septiembre 113,80 € enero 113,80 € abril	65,50 €/mes
Menores 1 día semanal	De acuerdo a la planificación facilitada por el director de la escuela	129,40 € septiembre 82,80 € enero 82,80 € abril	49,20 €/mes

Escuela de pelota a mano Retomamos uno de los deportes con más tradición del Club. Clases orientadas a chicas y chicos entre 2012 y 2018. En caso de contar con equipo se plantearía la opción de participar en los Juegos Deportivos de Navarra.

Nivel	Grupos	Pago socios	Pago no socios
Iniciación Nacidos/as entre 2012 y 2018	1 Lunes y miércoles de 18 a 19 h.	115 € septiembre 115 € enero	46 €/mes

Judo

El Judo fue reconocido por la Unesco como uno de los deportes más completos para niños y jóvenes, con importantes beneficios para la salud física y psíquica. Ofrecemos clases para todas las edades y niveles. Licencia federativa obligatoria no incluida.

Nivel	Grupos	Pago socios	Pago no socios
Infantil A-1 Nacidos/as entre 2015 y 2020	1 Miércoles y viernes de 17,30 a 18,30 h.	157,30 € septiembre 91,10 € enero	40,40 €/mes
Infantil A-2 Nacidos/as entre 2015 y 2020	2 Martes y jueves de 17,15 a 18,15 h.		
Infantil B Nacidos/as entre 2009 y 2014	3 Miércoles y viernes de 18,15 a 19,15 h.		
Competición	4 Lunes, miércoles y viernes de 19,15 a 21 h.	176 € septiembre 103,50 € enero	44,80 €/mes
Adultos	5 Lunes, miércoles y viernes de 19,15 a 20,30 h.		
Veteranos Nacidos/as en 1994 y mayores	6 Lunes, miércoles y/o viernes de 19,15 a 20,30 h.	157,30 € septiembre 91,10 € enero	40,40 €/mes

Kárate

Con el kárate es posible aprender disciplina, tolerancia y respeto a la vez que nos divertimos y mejoramos nuestro estado físico y mental. Licencia federativa obligatoria no incluida.

Nivel	Grupos	Pago socios	Pago no socios
Infantil A Nacidos/as entre 2014 y 2019	1 Martes y jueves de 18,30 a 19,15 h.	139,70 € septiembre 93,20 € enero	40,40 €/mes
Infantil B Nacidos/as entre 2010 y 2015	2 Martes y jueves de 19 a 19,45 h.		
Adultos Nacidos/as a partir del 2009	3 Martes y jueves de 19,45 a 21 h.	160,40 € septiembre 92,90 € enero	44,80 €/mes

Gimnasia Rítmica

El aprendizaje de este deporte combina movimientos de ballet, danza y gimnasia con la utilización de varios elementos como mazas, pelota, cinta, cuerda o aro. Ofrecemos todos los niveles de acuerdo a la edad y el nivel de cada deportista. Licencia federativa obligatoria no incluida.



Nivel	Grupos	Pago socios	Pago no socios
Iniciación Nacidos/as en 2018 y 2019	1 Miércoles de 17,30 a 18,30 h.	77,60 € septiembre 77,60 € enero	25,90 €/mes
Escolar Nacidos/as a partir de 2017	2 Martes y jueves de 17,30 a 18,30 h.	155,20 € septiembre 155,20 € enero	51,70 €/mes
Escolar A	3 Martes y jueves de 17 a 18,30 h.	220€ septiembre 220€ enero	75€/mes
Nivel Autónomico	4 4 horas semanales	57,90 €/mes	
Nivel Nacional base	5 6 horas semanales	73€/mes	
Nivel Nacional	6 8 horas semanales	87,40 €/mes	
Ballet	7 1 hora semanal	93,10 € octubre 93,10 € enero	

● Fútbol Sala

Tanto los jugadores de temporadas anteriores como las nuevas incorporaciones deben confirmar su plaza con Xabier Arcaya, responsable técnico de la sección, en el correo x.arcaya@urtats.com antes del 13 de septiembre. Los recibos se emitirán de acuerdo al listado que facilite Xabier Arcaya, no siendo necesario formalizar la inscripción en oficinas.

Nivel	Grupos	Pago socios	Pago no socios
Txiki 5 a 9 años Nacidos/as entre 2016 y 2020	Lunes y miércoles de 17,30 a 18,30 h. y partidos sábados por la mañana.	90,50 € septiembre 90,50 € enero	28,80 €/mes





Voleibol

Entrenamientos de iniciación. En caso de haber nivel suficiente e interés se plantearía la participación en competiciones. Las personas inscritas la temporada anterior tendrán prioridad en caso de que haya más solicitudes que plazas.

Nivel	Grupos	Pago socios	Pago no socios
Escuela Nacidos/as entre 2008 y 2013. Los alumnos se dividirán en un grupo u otro según su edad y nivel. El primer día se deberá acudir a las 17,30 h.	1 Martes y jueves de 17,30 a 18,30 h. y partidos sábados por la mañana.	108,70 € septiembre 108,70 € enero	36,20 €/mes
	2 Martes y jueves de 18,30 a 19,30 h.		
Equipo juvenil Nacidos/as de 2008 en adelante	3 Martes y jueves de 19,30 a 20,30 h.		

Pintura

Clases de pintura tanto para adultos como para niños en grupos reducidos, lo que favorece un trato directo, personalizado y un método de trabajo adaptado a los objetivos y nivel de cada alumno/a.

Nivel	Grupos	Pago socios	Pago no socios
ADULTOS Nacidos/as a partir de 2009	1 Lunes y jueves de 19 a 20,30 h.	183,20 € septiembre 183,20 € enero	55,70 €/mes
INFANTIL Nacidos/as entre 2010 y 2016	2 Lunes de 17,30 a 19 h.	91,50 € septiembre 91,50 € enero	29,10 €/mes



Encaje de Bolillos

Técnica textil que consiste en entretejer hilos para, de modo artesano, crear piezas creativas y únicas.

Grupos	Pago socios	Pago no socios
1 Lunes de 17,30-19,30 h	26,40 €/mes	36,80 €/mes

Sesiones de animación infantil

Los fines de semana y festivos se proyectarán películas de cine infantil en el Salón Runa alternándose con sesiones de talleres de animación infantil en la sala mágica. Estas actividades se anunciarán trimestralmente y son gratuitas para los socios/as. Los niños/as no socios podrán acceder acompañados de socios/as pagando una entrada reducida de 4 €. Los menores de 4 años deberán acudir acompañados de su padre o madre, o de un tutor mayor de edad.



NORMAS DE INSCRIPCIÓN A LOS CURSOS

Sistema de inscripción

- Las preinscripciones se podrán realizar on-line a través de la app móvil del Club o en nuestra página web. Para hacer la inscripción on-line cada socio o socia deberá tener su propio usuario y contraseña, para lo que deberá facilitar en el correo info@clubnatacionpamplona.com su dirección de e-mail. La dirección de e-mail de los menores deberá ser diferente de la de su padre o madre.
- En el momento de hacer la preinscripción no se hará ningún pago. El importe de la matrícula se cobrará directamente en el número de cuenta del socio/a una vez le sea adjudicada la plaza.
- Finalizado el plazo de preinscripción, si hay actividades en las que la demanda supera la oferta, se llevará a cabo un sorteo público para la adjudicación de las plazas y elaboración de listas de espera. Los listados de inscritos/as resultantes se expondrán en el área del socio de nuestra página web, la app móvil y el tablón de anuncios. Con el fin de preservar la identidad de los inscritos/as únicamente se publicarán sus números de socio/a.
- Una vez transcurrido el plazo para reclamaciones y cambios se expondrán nuevamente las listas con las que se generarán los recibos correspondientes sin derecho a devolución.

- Posteriormente se abrirán de nuevo las inscripciones para las plazas que hayan quedado libres.

Formas de pago y bajas

- Los socios menores de edad que presenten certificado de pertenecer a familia numerosa obtendrán un 10% de descuento en las actividades a las que se inscriban.
- En ningún caso se permitirán inscripciones parciales a las actividades. Es decir, si por ejemplo un alumno/a se inscribe a una actividad de dos horas semanales y sólo va a acudir a una hora semanal, no podrá obtener ningún descuento.
- Para que una actividad salga adelante requerirá de un mínimo de personas inscritas.
- Aunque el pago de las inscripciones pueda ser fraccionado, la duración de todos los cursos es de nueve meses, realizándose una única inscripción para toda la temporada.
- Si alguien desea darse de baja antes de que termine el curso y eludir uno de los pagos programados de la actividad debe solicitar su baja en oficinas antes del vencimiento correspondiente (30 de diciembre o 31 de marzo).
- Las bajas han de comunicarse personalmente en oficinas, donde el o la cursillista deberá hacerlo constar por escrito. No son válidas las bajas notificadas telefónicamente o verbalmente a los monitores. La no asistencia al curso no implica que el cursillista vaya ser dado de baja automáticamente.

Actividades marcadas con punto rojo

Estas son actividades de competición y están sujetas al criterio de los entrenadores/as, por lo que la preinscripción no garantiza la obtención de plaza. Ésta además será gestionada directamente ante las oficinas del Club por los delegados de las correspondientes secciones deportivas. Las cuotas se cobrarán directamente en el número de cuenta de cada socio/a según las inscripciones facilitadas por las secciones deportivas.

Acceso de acompañantes de cursillistas menores de 12 años

Aquellos socios/as o cursillistas menores de 12 años o personas con diversidad funcional que necesiten de la asistencia de un cuidador/a que no sea socio/a podrán solicitar en oficinas un pase para el mismo. El pase no será nominal, sino que estará vinculado al menor o con diversidad funcional que lo solicite, pudiendo utilizarlo cuidados diferentes cada vez.

Este pase, que servirá para toda la temporada deportiva, dará acceso al cuidador únicamente en los horarios del cursillo al que esté inscrito el menor o persona con diversidad funcional a su cargo para hacer funciones de acompañante o asistente. En ningún caso servirá para que haga uso de las instalaciones deportivas.

El pase tendrá un coste de 6,70 € a los que se añadirán otros 6,70 € en concepto de fianza, que se reintegrarán en el mes de

CALENDARIO DE LOS CURSOS

junio si la tarjeta se devuelve en oficinas.
En caso de que el o la cursillista acceda con más de un cuidador/a o acompañante simultáneamente, se deberá abonar en portería 2 € por cada persona extra que acceda cada vez.

CALENDARIO PARA LA INSCRIPCIÓN

- **Preinscripciones** Del lunes 2 de septiembre al jueves 12 de septiembre a las 20 h.
- **Sorteo en los grupos en los que haya más demanda que oferta** Viernes 13 de septiembre a las 17 h.
- **Publicación de las listas provisionales** Lunes 16 de septiembre a las 17 h.
- **Plazo de reclamaciones, cambios y bajas** Hasta el miércoles 18 de septiembre a las 19 h.
- **Publicación de las listas definitivas** Jueves 19 de septiembre a las 15 h.
- **Apertura de inscripción directa a las plazas sobrantes** Socios/as el viernes 20 de septiembre. No socios el lunes 23 de septiembre a las 10 h.
- **Lunes 23 de septiembre:** Se emitirán los recibos correspondientes al primer pago de cada actividad sin derecho a devolución.

OCTUBRE						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

NOVIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

DICIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

ENERO						
L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

FEBRERO						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

MARZO						
L	M	X	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

ABRIL						
L	M	X	J	V	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

MAYO						
L	M	X	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

JUNIO						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

Días en los que hay clases

Días festivos

Días no lectivos

Nota importante: Con el fin de ajustar el calendario para que todas las actividades tengan el mismo número de días lectivos, las actividades impartidas los miércoles terminarán el 28 de mayo. En su lugar los miércoles 4 y 11 de junio se impartirán las actividades correspondientes a los viernes.

Excepciones: Las secciones deportivas de competición podrán programar entrenamientos fuera de este calendario.

Te ayudamos con el pago de tu actividad preferida

50€

**Para el pago
de tu matrícula**

Si eres socio del club y cliente, o nuevo cliente de Caja Rural de Navarra, puedes disponer de una subvención de 50€ al pago de tu matrícula en las diferentes actividades que promovemos en el club.

Tienes de plazo hasta el 30 de octubre para solicitarlo en las oficinas de Caja Rural de Navarra.

Hasta los 30 años inclusive.



Más info

www.cajaruraldenavarra.com