



PROGRAMA D'ACTIVITATS ESPORTIVES MUNICIPALS 2011 / 2012 XIRIVELLA



AJUNTAMENT DE XIRIVELLA
Regidoria d'Esports







Ja està tot preparat per a disfrutar de l'esport a Xirivella. Un any més l'Ajuntament de Xirivella posa a la vostra disposició la programació de les activitats esportives per a la temporada 2011-2012.

Enguany, a pesar de la delicada situació econòmica municipal, es mantenen totes les activitats esportives perquè, per a l'Ajuntament i en especial per a esta Regidoria, és fonamental fomentar l'esport com a mètode de vida saludable.

La programació és molt variada. Les activitats esportives municipals tornen al setembre amb les piles carregades, hi ha nombrosos cursos i activitats preparades per a tots els gustos i edats, i si el que voleu és practicar esport de forma lliure, ja sabeu que les instal·lacions esportives estan disposades per al gaudi de tots els veïns.

Espere que la programació siga del vostre interès. No deixeu passar l'oportunitat de divertir-vos fent esport a Xirivella.

Una salutació, **Cristian Gómez**
Regidor d'Esports

Ya está todo preparado para disfrutar del deporte en Xirivella. Un año más el Ayuntamiento de Xirivella pone a vuestra disposición la programación de las actividades deportivas para la temporada 2011-2012.

Este año, pese a la delicada situación económica municipal, se mantienen todas las actividades deportivas porque, para el Ayuntamiento y en especial para esta concejalía, es fundamental fomentar el deporte como método de vida saludable.

La programación es muy variada. Las Actividades Deportivas Municipales vuelven en septiembre con las pilas cargadas, hay numerosos cursos y actividades preparadas para todos los gustos y edades, y si lo que queréis es practicar deporte de forma libre ya sabéis que las instalaciones deportivas están listas para tod@s I@s vecin@s.

Espero que la programación sea de vuestro interés. No dejéis pasar la oportunidad de divertirnos haciendo deporte en Xirivella.

Un saludo, **Cristian Gómez**
Concejal de Deportes

INDEX

05

DESCOMPTES
EN EL PREU
DE LES ACTIVITATS

06

RESERVES
D'INSTAL·LACIONS
ESPORTIVES

08

ESCOLES
ESPORTIVES
MUNICIPALS

14

PROGRAMES
ESPORTIUS
MUNICIPALS

17

SALA MUSCULACIÓ
I CARDIOVASCULAR

20

LLIGA I COPA LOCAL
DE FUTBOL 7
PER A ADULTS

22

PISCINA
MUNICIPAL COBERTA

30

CALENDARI
GENERAL
D'ACTIVITATS

DESCOMPTES EN EL PREU DE LES ACTIVITATS

GENERALS PER A TOTES LES ACTIVITATS DIRIGIDES

En la inscripció del segon membre i succesius d'una família hi haurà una bonificació del 10 per 100. Es obligatori presentar el certificat d'empadronament i llibre de família.

En la segona inscripció d'un mateix usuari en qualsevol activitat organitzada pel Servei Municipal d'Esports hi haurà una bonificació del 10 per 100.

GIMNÀSTICA ESPECIAL

En l'activitat de gimnàstica especial, els jubilats i pensionistes de Xirivella, tindran dret a una bonificació del 25 per 100 sobre les tarifes establides. Es obligatori presentar la documentació que acredita la condició.

BANY LLIURE

Els jubilats, pensionistes i els usuaris que tinguen el carnet jove, de Xirivella, tindran una bonificació del 25 per 100 en totes les modalitats (**i en l'abonament de temporada familiar, si son tots pensionistas, jubilats i/o tenen carne jove**). Es obligatori presentar la documentació que acredita la condició.

RESERVES D'INSTAL·LACIONS ESPORTIVES

POLIESPORTIU MUNICIPAL RAMÓN SÁEZ

RESERVES

1. Els usuaris podran reservar tant un ús puntual com una utilització múltiple (diversos dies separats).
2. S'aplicarà tant a persones físiques com a entitats privades (llevat de les entitats esportives de Xirivella, que n'efectuaran la reserva a través de les oficines del Servei Municipal d'Esports).
3. Per efectuar-ne una reserva, l'usuari haurà de personar-se en la Consergeria del Poliesportiu Municipal Ramón Sáez, en les dates i les hores previstes a continuació i hi haurà d'abonar l'import total de les reserves efectuades. No s'hi permetran reserves telefòniques ni sense pagament previ.
4. Després d'efectuar-ne una reserva, no es podrà modificar, llevat dels casos establits en l'apartat 10.
5. Les reserves es podran fer durant tot un any natural. La data d'inici de reserves s'estipularà el desembre de cada any i es farà pública en el tauler d'anuncis del Poliesportiu Ramón Sáez.
6. Després d'estipular el termini anual de reserves, durant els dos primers dies hi haurà un horari especial per realitzar-ne les reserves. El primer dia podran reservar únicament els/les veïns/ines de Xirivella (caldrà presentar el DNI o el full d'empadronament) i, a partir del segon dia, la resta d'usuaris/àries. L'horari dels dos dies serà de 9:00 a 23:00. A partir d'ací, l'horari de reserves serà l'establert en l'apartat 8.

7. Al desembre de cada any s'establiran els dies festius de tancament de les instal·lacions.
8. L'horari d'utilització i reserva d'instal·lacions amb lloguer serà:

Dilluns a divendres, de 8:00 a 23:00 hores.

Dissabtes, de 08:00 a 22:00 hores.

Diumenges, de 08:00 a 21:00 hores.

Excepte juliol i agost que serà:

Dilluns a divendres de 08:00 a 22:00 h

Dissabtes de 08:00 a 21:00 h

Tancat els diumenges

Tancat els dilluns (2^a quincena de juliol i 1^a quincena de agost)

Tancat els dilluns de matí (1^a quincena de juliol i 2^a quincena de agost)

RESERVES MÚLTIPLES

Possibilitat de reserves múltiples a les instal·lacions del Poliesportiu Municipal Ramón Sáez

A partir de gener del 2012, els/s'usuaris/es que utilitzen de forma lliure les instal·lacions del Poliesportiu Municipal Ramón Sáez de Xirivella, tindran la possibilitat de **poter reservar d'una sola vegada totes les hores i dies que desitgen utilitzar les instal·lacions durant l'any, a més les reserves puntuals també podran realitzar-se en i per a qualsevol moment de l'any.**

DATES D'INICI:

Del 20 al 23 (inclusivament) de desembre del 2011 renovació de les reserves múltiples anuals realitzades en 2011.*

10 de gener del 2012 només veïns/es de Xirivella (des de les 09:00 a les 23:00 hores)

11 de gener resta d'usuaris/es (des de les 09:00 a les 23:00 hores)

Amb esta mesura, s'aconsegueix cobrir la demanda existent per part dels usuaris de les instal·lacions, millorant l'accessibilitat i comoditat per a realitzar els lloguers.

***En el cas de les renovacions anuals només podran renovar en el mateix horari i instal·lació que tenien reservat en l'any 2011, si volgueren canviar d'instal·lació o horari deuran esperar al 10 de gener 2012**

SUSPENSIÓ DE LA RESERVA EFECTUADA

9. Les causes per les que, malgrat haver-se'n formalitzat la reserva, no se'n podrà gaudir, seran:

Circumstàncies climatològiques.

Deteriorament o actes vandàlics a les instal·lacions.

Esdeveniments aliens a la gestió del Servei d'Esports.

10. En los casos estipulats en l'apartat 9, l'usuari haurà de personar-se en la instal·lació, dins de l'horari reservat i comprovar amb l'operari d'instal·lacions la no idoneïtat per a la pràctica esportiva. Després d'efectuar-ne la comprovació, es procedirà d'acord amb el que estableix l'apartat 11.

11. A la Consergeria del Poliesportiu se li donarà un val equivalent a la reserva, amb validesa al període de reserves establert per a eixe any, bescanviable entre els horaris disponibles.

IMPLEMENTACIÓ DEL CONCEPTE "LLUM":

12. Serà obligatori implantar el suplement de llum, per al **2011/12**, en les hores següents (estabides segons la utilització d'anys anteriors):

A partir de les 18:00 hores: gener, febrer, des del 27 d'octubre, novembre i desembre.

A partir de les 19:00 hores: de l'1 al 30 de març i de l'1 al 26 d'octubre.

A partir de les 20:00 hores: 31 de març, abril i setembre.

A partir de les 21:00 hores: maig, juny, juliol i agost.

13. En las reserves múltiples on l'usuari haja abonat la llum, quan arribe el dia, previ a l'ús, en cas de no ser necessària, ho comunicarà a l'operari d'instal·lacions, per no fer-ne ús. L'operari estendrà un val per este concepte, que es podrà utilitzar en una altra reserva, dins del període anual establert.

14. Quan la reserva s'efectue en la mateixa setmana de utilització, s'acordarà entre usuari i operari, la implementació o no del concepte de llum (segons se n'estime la necessitat).

* Els preus de les reserves estan estipulats en el tauler d'anuncis de la Consergeria del Poliesportiu Municipal Ramón Sáez i cada temporada entren en vigor des de setembre amb l'aplicació de l'Ordenança Reguladora de la Taxa per Prestació del Servei de Piscines i Instal·lacions Esportives i altres Serveis Anàlegs.

ESCOLES ESPORTIVES MUNICIPALS

TEMPORADA 2011/2012

DURACIÓ DE LES SESSIONS:

Es realitzaran sessions de 60 minuts (excepte en l'activitat de patinatge que seran de 90 minuts), 2 o 3 dies per setmana. Els tècnics seran els encarregats de distribuir els grups segons nivells i edat.

INSCRIPCIONS:

Es permetrà un màxim de cinc inscripcions per persona.

Els veïns de Xirivella hauran d'aportar el DNI o certificat d'empadronament

Tots els inscrits en les Escoles Esportives Municipals hauran d'aportar el número de la Seguretat Social.

L'edat d'inscripció serà la major que l'alumne tinga dins del període en el qual s'inscriu.

LLOC:

Al Servei Municipal d'Esports (Piscina Municipal Coberta de Xirivella):

De dilluns a divendres, de 09:00 a 14:00 hores.

Dimarts i dijous, de 17:00 a 20:00 hores.

DATES INSCRIPCIONS ESCOLES ESPORTIVES MUNICIPALS:

Usuaris del quadrimestre anterior: Podrán fer la renovació fins al **20 de gener**.

Noves inscripcions per a veïns de Xirivella: a **partir del 24 de gener**.

Noves inscripcions per a residents a altres poblacions: a partir del **30 de gener** fins a completar el nombre de places.

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Servei Municipal d'Esports

96 370 99 63
esports@xirivella.es
www.xirivella.es

Poliesportiu Municipal Ramón Sáez

96 383 12 86

Ajuntament de Xirivella

96 313 50 50
www.xirivella.es

Esports / Activitats Esportives

Edifici Polivalent Barri la Llum

96 383 06 57

Poliesportiu Municipal Barri la Llum

96 211 00 14

DURACIÓ DE LA TEMPORADA:

El inici de l'activitat de l'Escoles Esportives Municipal serà el 3 d'octubre

Es distribuirà en 2 quadrimestres:

1r. Del 3 d'octubre del 2011 fins al 31 de gener del 2012.

2n. Del 1 de febrer al 31 de maig de 2012.

Condicions generals:

Dirigits a xiquets i xiquetes entre 4 i 14 anys. S'hi garanteix una educació, tant psicomotriu com social, a través de la iniciació als distints esports.

Les inscripcions seran quadrimestrals.

S'asseguren per quadrimestre entre 26 i 29 sessions als

cursos de dos dies, i entre 39 i 43 sessions als cursos de tres dies.

Preus / Quadrimestre

Escoles Esportives Municipals

2 dies setmanals	3 dies setmanals
------------------	------------------

30,00 euros	38,00 euros
-------------	-------------

ACTIVITATS

MULTIESPORT

Pràctica esportiva multidisciplinar que permet el desenvolupament físic i psíquic, on es generen les bases adequades per a la posterior pràctica esportiva específica.

LLOC	DIES	HORA	EDAT
Poliesportiu Municipal Barri la Llum	dimarts, dijous	17:30 / 18:30	4 / 7
C.P. Rei En Jaume	dilluns, dimecres	16:45 / 17:45	4 / 7
C.P. Miguel de Cervantes	dimarts, dijous	16:45 / 17:45	4 / 7
C.C. Ntra. Sra. Salud	dimarts, dijous	16:50 / 17:50	4 / 7
C.P. Antonio Machado	dilluns, dimecres	16:45 / 17:45	4 / 7
C.P. Ramón y Cajal	dimarts, dijous	16:45 / 17:45	4 / 7

ATLETISME

Desenvolupament de les habilitats motrius bàsiques de l'ésser humà (córrer, botar i llançar) dins d'un entorn general de millora i superació personal

LLOC	DIES	HORA	EDAT
Poliesportiu Municipal Barri la Llum (Pista exterior)	dilluns, dimecres, divendres	17:30 / 18:30	7 / 14
Poliesportiu Municipal Ramón Sáez (Mòdul d'Atletisme)	dilluns, dimecres, divendres	17:15 / 18:15	7 / 14



BÀSQUET

Millora de la capacitat de reacció i decisió davant de problemes; potenciació de la cooperació mitjançant la coordinació oculomanual.

LLOC	DIES	HORA	EDAT
Pol. Mun. Ramón Sáez	dilluns, dimecres, divendres	17:30 / 18:30	6 / 10
	dilluns, dimecres, divendres	18:30 / 19:30	11 / 14
C.P. Gregori Maïans	dimarts, dimecres, divendres	16:45 / 17:45	6 / 14
C.P. Antonio Machado	dilluns, dimecres, dijous	16:45 / 17:45	6 / 14
C.P. Ramón y Cajal	dilluns, dimecres, dijous	16:45 / 17:45	6 / 14
	dilluns, dimecres	16:45 / 17:45	6 / 14
C.P. Rei En Jaume	dilluns, dimecres, divendres	16:45 / 17:45	6 / 14
C.P. Miguel de Cervantes	dilluns, dimecres, divendres	16:45 / 17:45	6 / 14
C.C. Ntra. Sra. Salud	dilluns, dijous	12:40 / 13:40	6 / 9

FUTBOL SALA

Millora de la capacitat de reacció i decisió davant de problemes; potenciació de la cooperació mitjançant la coordinació oculopedestre.

LLOC	DIES	HORA	EDAT
C.P. Ramón y Cajal	dilluns, dimarts, dijous	16:30 / 17:30	6 / 10
	dilluns, dimarts, dijous	17:30 / 18:30	11 / 14
	dilluns, dimarts, dijous	18:30 / 19:30	11 / 14
Poliesportiu Municipal Barri la LLum (Pista exterior Futbol sala)	dimarts, dijous	17:30 / 18:30	7 / 14
C.P. Rei En Jaume	dimarts, dijous	16:30 / 17:30	6 / 10
	dimarts, dijous	17:30 / 18:30	11 / 14
	dimarts, dijous	18:30 / 19:30	11 / 14

Poliesportiu Municipal Ramón Sáez (pista ext. i pavelló cobert)	dilluns, dimarts, dijous	17:00 / 18:00	5 / 10
	dilluns, dimarts, dijous	18:00 / 19:00	11 / 14
C.P. Miguel de Cervantes	dimarts, dijous	16:30 / 17:30	5 / 10
	dimarts, dijous	17:30 / 18:30	11 / 14
C.C. Nta. Sra. Salud	dilluns, dimecres	16:50 / 17:50	6 / 14
C.P. Gregori Maïans	dilluns, dimecres	16:30 / 17:30	6 / 10
	dilluns, dimecres	17:30 / 18:30	11 / 14

GIMNÀSTICA RÍTMICA

Coreografies mitjançant el ritme musical; millora l'elasticitat i la flexibilitat.

LLOC	DIES	HORA	EDAT
Poliesportiu Municipal Ramón Sáez	dimarts, dijous	17:30 / 18:30	4 / 6
	dimarts, dijous	18:30 / 19:30	6 / 14
Poliesportiu Municipal Barri la Llum (Sala Polivalent)	dimarts, dijous	18:30 / 19:30	6 / 8
C.P. Rei En Jaume	dilluns, dimecres	17:45 / 18:45	6 / 14
C.P. Ramón y Cajal	dilluns, dimecres, divendres	16:45 / 17:45	6 / 14



GIMNÀSTICA AERÒBICA ESCOLAR

Activitat lúdica amb exercicis al ritme de música moderna, que potencia la força, flexibilitat i coordinació, desenvolupant la memòria visual, espacial i general.

LLOC	DIES	HORA	EDAT
C.P. Miguel de Cervantes	dilluns, dimecres, divendres	16:35 / 17:35	5 / 14
C.C. Ntra. Sra. Salud	dimarts, dijous	16:50 / 17:50	5 / 14
C.P. Ramón y Cajal	dilluns, dimecres, divendres	17:45 / 18:45	5 / 14

PATINATGE

Treball de l'equilibri i de la coordinació, tant amb patinatge de velocitat com artístic. Cal que l'alumne aporte els patins (de qualsevol classe).

LLOC	DIES	HORA	EDAT
Poliesportiu Municipal Ramón Sáez (Pista hoquei)	dilluns, dimecres	17:30 / 19:00	5 / 14
Poliesportiu Municipal Barri la Llum (Pistes exteriors)	dimarts, dijous	17:30 / 19:00	5 / 14

BALL MODERN

Coregrafies al ritme de música moderna, que potencien la força, la flexibilitat i la coordinació.

LLOC	DIES	HORA	EDAT
Poliesportiu Municipal Barri de La Llum (Sala Polivalent)	dilluns, dimecres, divendres	18:15 / 19:15	6 / 14

PILOTA VALENCIANA

Millora de la capacitat de reacció i decisió davant de problemes; potenciació de la cooperació mitjançant la coordinació oculomanejadora. Tot això practicant un esport autòcton.

LLOC	DIES	HORA	EDAT
Poliesportiu Municipal Ramón Sáez (Carrer de Galotxa)	dimarts, dijous	17:30 / 18:30	5 / 14



TENIS

Millora de la capacitat de reacció i decisió davant de problemes; potenciació de la cooperació mitjançant la coordinació oculomanual. Cal que l'alumne aporte la raqueta.

LLOC	DIES	HORA	EDAT
Poliesportiu Municipal Ramón Sáez	dimecres, divendres	17:30 / 18:30	8 / 10
	dimecres, divendres	18:30 / 19:30	11 / 14

FRONTENIS

Millora de la capacitat de reacció i decisió davant de problemes; potenciació de la cooperació mitjançant la coordinació oculomanual. Cal que l'alumne aporte la raqueta.

LLOC	DIES	HORA	EDAT
Poliesportiu Municipal Ramón Sáez	dilluns, dimecres	17:30 / 18:30	8 / 14
	dimarts, dijous	17:30 / 18:30	8 / 14

KUNG-FU INFANTIL

Treball psicomotriu a través de la iniciació bàsica d'aquest art marcial, desenvolupat de forma lúdica i adaptada als xiquets i xiquetes.

LLOC	DIES	HORA	EDAT
C.P. Antonio Machado	dimarts, dijous	16:45 / 17:45	6 / 14

En la inscripció del segon membre i successius d'una família hi haurà una bonificació del 10 per 100. Es obligatori presentar el certificat d'empadronament.

En la 2a incipció d'un mateix usuari en qualsevol activitat organitzada pel Servei Municipal d'Esports hi haurà una bonificació del 10%.

PROGRAMES ESPORTIUS MUNICIPALS

TEMPORADA 2011/2012

DURACIÓ DE LES SESSIONS:

Es realitzaran sessions de 60 minuts, 2 o 3 dies per setmana. Els tècnics seran els encarregats de distribuir els grups segons nivells.

INSCRIPCIONS:

Es permetrà un màxim de cinc inscripcions per persona. Els veïns de Xirivella hauran d'aportar el DNI o certificat d'empadronament

LLOC:

Al Servei Municipal d'Esports (Piscina Municipal Coberta de Xirivella):
De dilluns a divendres, de 09:00 a 14:00 h
Dimarts i dijous, de 17:00 a 20:00 h

DATES INSCRIPCIONS PROGRAMES ESPORTIUS MUNICIPALS

Usuaris del trimestre anterior: Podrán fer la renovació fins al **21 de novembre**.

Noves inscripcions per a veïns de Xirivella: a partir del **22 de novembre fins a completar places**

Noves inscripcions per a residents a altres poblacions: a partir del **29 de novembre** fins a completar el nombre de places.

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Servei Municipal d'Esports

96 370 99 63
esports@xirivella.es

Poliesportiu Municipal Ramón Sáez

96 383 12 86

Ajuntament de Xirivella

96 313 50 50
www.xirivella.es

Esports 7 Activitats Esportives

Edifici Polivalent Barri la Llum

96 383 06 57

Poliesportiu Municipal Barri la Llum

96 211 00 14

DURACIÓ DE LA TEMPORADA

L'inici dels Programes Esportius Municipal serà el **12 de setembre**

Es distribuirà en 3 trimestres:

1r. Del 12 de setembre al 30 de novembre de 2011

2n. De l'1 de desembre de 2011 al 29 de febrer de 2012

3r. De l'1 de març al 31 de maig de 2012

Condicions generals

Dirigits a alumnes de 15 anys en avant, permeten la continuïtat de desenvolupament social i corporal a través d'una activitat física controlada.

Les inscripcions seran trimestrals. S'asseguren per trimestre entre 20 i 22 sessions als cursos de dos dies, i entre 29 i 33 sessions als cursos de tres dies.

Preus / trimestre

Programes Esportius Municipals

2 dies setmanals	3 dies setmanals
------------------	------------------

27,00 euros	35,00 euros
-------------	-------------

ACTIVITATS

GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT

Activitat física de mitja intensitat per a un manteniment físicomotriu adequat.

LLOC	DIES	HORA
Poliesportiu Municipal Ramón Sáez (Pavelló i Sala Fitness)	dilluns, dimecres, divendres	09:30 / 10:30
Poliesportiu Municipal Barri la Llum	dilluns, dimecres, divendres	19:15 / 20:15
	dilluns, dimecres	20:15 / 21:15
	dimarts, dijous	19:30 / 20:30
C.P. M. Cervantes	dilluns, dimecres, divendres	18:45 / 19:45
	dimarts, dijous	19:00 / 20:00

AERÒBIC

Coreografies i altres moviments seqüencials mitjançant un ritme musical.

LLOC	DIES	HORA
Poliesportiu Municipal Ramón Sáez (Sala Fitness)	dilluns, dimecres, divendres	15:30 / 16:30
C.P. Ramón y Cajal	dilluns, dimecres, divendres	19:00 / 20:00
Poliesportiu Municipal Barri la Llum	dimarts, dijous	20:30 / 21:30
C.P. M. Cervantes	dilluns, dimecres, divendres	19:45 / 20:45
	dilluns, dimecres, divendres	20:45 / 21:45
	dimarts, dijous	20:00 / 21:00

TENIS ADULTS

LLOC	DIES	HORA
Poliesportiu Municipal Ramón Sáez	dilluns, dimecres	19:30 / 20:30
	dilluns, dimecres	20:30 / 21:30

GIMNÀSTICA ESPECIAL

Gimnàstica de rehabilitació per a persones amb problemes musculars i ossis (recomanem que aporten certificació mèdica) o majors de 64 anys.

LLOC	DIES	HORA
Poliesportiu Municipal Ramón Sáez (Pavelló i Sala <i>Fitness</i>)	dimarts, dijous	09:30 / 10:30
	dimarts, dijous	10:30 / 11:30
	dilluns, dimecres, divendres	09:30 / 10:30
	dilluns, dimecres, divendres	10:30 / 11:30

En l'activitat de gimnàstica especial, jubilats i pensionistes de Xirivella, tindran dret a una bonificació del 25 per 100 sobre les tarifes establides. Es obligatori presentar la documentació que acredita la condició.

PILATES

LLOC	DIES	HORA
Poliesportiu Municipal Ramón Sáez (Sala Fitness)	dimarts, dijous	19:30 / 20:30
	dimarts, dijous	20:30 / 21:30

KUNG-FU ADULTS

LLOC	DIES	HORA
Poliesportiu Municipal Ramón Sáez (Sala Fitness)	dimarts i dijous	18:00 / 19:00

En la inscripció del segon membre i successius d'una família, hi haurà una bonificació del 10 per 100.

És obligatori presentar el certificat d'empadronament.

En la 2a. inscripció d'un mateix usuari en qualsevol activitat organitzada pel Servei Municipal d'Esports, hi haurà una bonificació del 10%.

SALA DE MUSCULACIÓ I CARDIOVASCULAR

INSCRIPCIONS:

Cal aportar el DNI.

LOC:

Al Servei Municipal d'Esports (Piscina Municipal Coberta de Xirivella):
De dilluns a divendres, de 09:00 a 14:00 h
Dimarts i dijous, de 17:00 a 20:00 h

HORARI SALA MUSCULACIÓ :

De dilluns a divendres, de 10:00 a 22:00 h
Dissabtes, de 10:00 a 14:00 h
Agost, tancat

Durant tot l'horari d'obertura la instal·lació disposarà de monitor de sala.

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Servei Municipal d'Esports

96 370 99 63

esports@xirivella.es

Poliesportiu Municipal Ramón Sáez

96 383 12 86

Ajuntament de Xirivella

96 313 50 50

www.xirivella.es

Esports 7 Activitats Esportives

Edifici Polivalent Barri la Llum

96 383 06 57

Poliesportiu Municipal Barri la Llum

96 211 00 14

PREUS:

Entrada puntual: 4,00 euros

Abonament mensual: 25,00 euros

Abonament trimestral: 60,00 euros

Abonament semestral: 90,00 euros

Abonament anual: 120,00 euros

Abonament anual combinat musculació + bany lliure: 204,00 euros

Abonament multiesportiu trimestral combinat musculació + activitat dirigida (gimnàstica de manteniment, gimnàstica especial, aeròbic, pilates, kung-fu adults i tenis adults):

Musculació + activitat dirigida 2 dies / setmana: 76,50 euros

Musculació + activitat dirigida 3 dies / setmana: 83'30 euros

Tots els abonaments són individuals i nominatius.

NORMATIVA DE RÈGIM INTERN ESPECÍFIC DE LA SALA FITNESS I MUSCULACIÓ DE XIRIVELLA

1. L'aforament establert serà d'un màxim de 40 usuaris presents alhora. L'entrada de nous usuaris es condicionarà al compliment del dit aforament.

2. L'última hora per a poder accedir a l'ús de la sala serà 30 minuts abans del tancament d'esta.

3. Els usuaris hauran d'observar en tot moment un comportament cívic, seguir les instruccions dels monitors, dels operaris i de la resta de personal de la instal·lació, així com complir les normes que continga el present reglament específic i aquells de caràcter general.

4. Els usuaris subscriuen i es responsabilitzen que ells no patixen cap tipus de malaltia o contraindicació per a la pràctica esportiva i concretament per a l'ús específic de les màquines de cardio i musculació. En cas de tindre fundades sospites que així fóra, esta persona o persones podran ser excloses de l'ús de les instal·lacions.

5. El Servei d'Esports no es responsabilitzarà dels efectes de valor; per a la custòdia d'estos, s'hauran d'utilitzar les taquilles habilitades i cada usuari disposarà de cadenat propi.

6. És obligatori:

- Portar la targeta d'accés proporcionada pel Servei d'Esports per a efectuar l'entrada, tant a la sala com als vestuaris.
- Seguir les indicacions d'ús de cada maquinària.
- Depositar adequadament el pes lliure, no deixant-lo caure ni llançar-lo.
- Depositar el material utilitzat (parelles, barres, discos, matalafets, etc.) en el seu lloc, després d'utilitzar-los.
- L'ús de roba i calçat esportiu.
- L'ús de tovalla per a protegir de la suor les bancades, la maquinària i els matalafets.

7. No es permet:

- L'entrada a menors de 15 anys.
- Entrenar sense camiseta.
- Entrenar amb xancletes o descalç.
- Fumar en les instal·lacions.
- Deixar el cadenat en la taquilla una vegada acabat l'ús de la sala. Diàriament, després de l'hora de tancament, s'obriran els cadenats que hi haja.

8. Totes les persones que no complisquen estes normes podran ser invitades a abandonar les instal·lacions, perdran la condició d'usuaris, i inclús se'ls podrà aplicar el règim de faltes i sancions estipulat en el Reglament Intern d'Instal·lacions Esportives de Xirivella.



LLIGA I COPA LOCAL DE FUTBOL 7

TEMPORADA 2011 /2012

DURACIÓ DE LA TEMPORADA:

La temporada començarà la primera setmana d'octubre del 2011.

Dirigit a persones majors de 18 anys o que ho complisquen durant la temporada

INSCRIPCIONS:

Un equip quedarà oficialment inscrit en el moment que realitze el pagament de la quota a este efecte

i complete el full d'inscripció, a més haurà d'abonar un dipòsit en concepte de fiança.

LLOC:

Al Servei Municipal d'Esports (piscina municipal coberta de Xirivella)

De dilluns a divendres, de 09:00 a 14:00 h

Dimarts i dijous, de 17:00 a 20:00 h

DATES INSCRIPCIÓ:

De l' 1 al 22 de setembre (Lliga)

Durant el mes d'abril (copa)

Preus Quota	Inscripció
Lliga Local Futbol 7	98,50 euros
Quota Fiança	Partit per equip
164,00 euros	50,00 euros

Servei Municipal d'Esports

96 370 99 63

esports@xirivella.es

Poliesportiu Municipal Ramón Sáez

96 383 12 86

Ajuntament de Xirivella

96 313 50 50

www.xirivella.es

Esports 7 Activitats Esportives

Edifici Polivalent Barri la Llum

96 383 06 57

Poliesportiu Municipal Barri la Llum

96 211 00 14





NORMATIVA GENERAL:

- Serà obligació dels equips sotmetre's a les normes i disposicions esportives per les quals es regix la competició en què participen.
- Hauran de sotmetre's a l'autoritat dels òrgans esportius establits i complir els seus acords.
- Estaran obligats a complir les sancions que els imposen els òrgans disciplinaris competents.
- Cada equip tindrà un responsable a qui l'organització pugui dirigir-se per a informar-li de qualsevol canvi o circumstància que es produïska.
- Cada equip podrà comptar amb un entrenador i un delegat. Estos càrrecs hauran de formalitzar-se en el mateix full d'inscripció
- Tots els equips hauran de satisfer les quotes establides dins dels seus corresponents terminis (inscripció i fiança), així com el pagament dels partits abans del seu inici en consergeria.
- Els equips estaran formats per un mínim de 7 jugadors i un màxim de 15.
- No es permetrà el començament d'un partit sense que els equips es presenten amb el mínim de 5 jugadors, els restants podran incorporar-s'hi posteriorment.
- Queda terminantment prohibida la participació de jugadors no inscrits. L'àrbitre i el personal de l'organització estan plenament facultats per a la revisió d'inscrits a un equip en el moment que consideren oportú.
- Només podran accedir al terreny de joc persones inscrites en la competició.



PISCINA MUNICIPAL COBERTA

ACTIVITATS AQUÀTIQUES DIRIGIDES

Duració de la temporada

Del 12 de setembre del 2011 fins al 30 de juny del 2012

La temporada es distribuirà en cursos mensuals, trimestrals, anuals i intensius:

Cursos trimestrals: dos dies per setmana, dilluns i dimecres o dimarts i dijous, s'hi asseguren entre 20-22 sessions per trimestre.

Es distribuirà en 3 trimestres:

1r. Del 12 de setembre al 30 de novembre de 2011

2n. De l'1 de desembre de 2011 al 29 de febrer de 2012

3r. Del 1 de març al 31 de maig de 2012

Cursos anuals: una classe per setmana, divendres o dissabte; s'hi asseguren entre 30-32 sessions anuals.

Mensual: *Matronatació.* S'hi realitzen 2 sessions setmanals i se'n fan 8 sessions per mes.

DURACIÓ DE LES SESSIONS

Tots els cursos tindran una duració de 45 minuts per sessió (excepte els de bebès i discapacitats, que tindran una duració de 30 minuts).

NIVELLS D'ENSENYANÇA

En tots els cursos es realitzaran diferents nivells, seran els tècnics els encarregats de distribuir a cada usuari en funció del seu domini del medi aquàtic.

FORMACIÓ DE GRUPS

La ràtio mitjana per monitor variarà en funció de l'edat i el nivell corresponent:

- Bebès: 5 alumnes per monitor, serà obligatori que un adult acompanye cada xiquet.
- Benjamins: 6 a 8 alumnes per monitor.
- Xiquets: 10 a 12 alumnes per monitor.
- Jòvens, adults i 3a edat: 10 a 12 alumnes per monitor.
- N. terapèutica: 8 a 10 alumnes per monitor.
- N. terapèutica (esquena): 10 a 12 alumnes per monitor.
- *Matronatació*: 8 a 10 alumnes per monitor.
- Aeròbic aquàtic: 20 a 25 alumnes per classe.
- 3a. edat (psicomotricitat): 20 a 25 alumnes per classe.
- 3a. edat (nadadors): 10 a 12 alumnes per monitor.
- Discapacitats: 1 alumne per monitor.

Segons cada nivell, les ràtios podran variar. Es buscarà sempre afavorir els nivells més baixos.

INSCRIPCIONS:

Es permetrà un màxim de cinc inscripcions per persona.
Els veïns de Xirivella hauran d'aportar el DNI o certificat d'empadronament.

LLOC:

Al Servei Municipal d'Esports (Piscina Municipal Coberta de Xirivella):
De dilluns a divendres, de 09:00 a 14:00 h
Dimarts i dijous, de 17:00 a 20:00 h

DATES:

Usuaris del trimestre anterior: Podran fer la renovació fins al **21 de novembre**.

Noves inscripcions per a veïns de Xirivella: del **22 de novembre** fins a completar places

Noves inscripcions per a residents a altres poblacions: a partir del **29 de novembre** fins a completar el nombre de places.

Les inscripcions mínimes per a poder fer un curs seran del 60% del nombre de places del curs, en cas de no complir el nombre de places previstes, l'organització podrà agrupar els alumnes en un altre curs i horari que estiga obert.

L'edat d'inscripció serà la major que l'alumne tinga dins del període en el qual s'inscriu (durant la meitat o més d'este període).

En la inscripció del segon membre i successius d'una família hi haurà una bonificació del 10 per 100.

En la 2a. inscripció d'un mateix usuari en qualsevol activitat organitzada pel Servei Municipal d'Esports hi haurà una bonificació del 10%.

NOTES:

En cas de pèrdua o deterioració del cademat de les taquilles s'abonaran **3,00 euros**.

En cas de pèrdua o deterioració del carnet (banda magnètica) d'antiguitat inferior a dos anys s'abonaran **3,50 euros**.

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Servei Municipal d'Esports

96 370 99 63 / esports@xirivella.es

Ajuntament de Xirivella

96 313 50 50

Edifici Polivalent del barri de La Llum

96 383 06 57

Piscina Municipal Coberta

96 370 99 63

CURSOS	TRIMESTRAL	ANUAL
BEBÉS Classes de 30 minuts, dirigides a xiquets i xiquetes de 9 mesos a 3 anys. Sempre acompanyats dins de la piscina per un adult major d'edat, preferiblement algun dels seus pares (que col·laboren en el desenvolupament de la classe). Vas xicotet.	96,00 euros	120,00 euros
BENJAMINS Dirigit a xiquets i xiquetes de 3 a 5 anys. Vas xicotet.	80,00 euros	111,00 euros
XIQUETS Dirigit a xiquets i xiquetes d'edats entre els 6 i 14 anys. Vas gran.	80,00 euros	111,00 euros
JÓVENS I ADULTS Dirigit a jòvens i adults entre els 15 i els 64 anys. Vas gran.	80,00 euros	111,00 euros
3A. EDAT (PSICOMOTRICITAT) Exercicis suaus, fets en grup, per a retardar l'envelliment ossi i muscular i afavorir-ne la socialització, dirigits a persones majors de 65 anys. Vas xicotet.	46,50 euros	72,50 euros
3A. EDAT (NADADORS) Activitat de natació, dirigida a persones majors de 65 anys, tenint en compte les limitacions de l'edat. Vas gran.	46,50 euros	72,50 euros
N. TERAPÈUTICA Dirigit a persones amb patologies lleugeres a nivell muscular i ossi. Vas xicotet.	80,00 euros	
N. TERAPÈUTICA (ESQUENA) Dirigit a persones amb patologies lleugeres d'esquena. Cal saber nadar mínimament. Vas Gran.	80,00 euros	
NATACIÓ DISCAPACITATS Dirigit a persones amb patologies greus a nivell muscular, ossi i psicològic. Haurà un alumne per monitor durant 30'. Vas xicotet.	80,00 euros	111,00 euros

AERÒBIC AQUÀTIC

80,00 euros 111,00 euros

Coreografies i altres exercicis dins de l'aigua, al ritme de la música, dirigits a persones a partir de 16 anys. Vas xicotet.

MATRONATACIÓ

27,50 euros Mensual

Activitat mensual dirigida a dones embarassades que vulguen realitzar exercici físic per facilitar l'adequació de l'organisme al nou estat i afavorir les condicions-ne en el moment del part. S'hi faran 8 sessions mensuals. Vas xicotet.

HORARIS

ACTIVITATS TRIMESTRALS

ACTIVITAT	DIES	HORA
NATACIÓ BEBÉS	dilluns i dimecres	11:00 / 11:30
	dimarts i dijous	16:45 / 17:15
NATACIÓ BENJAMINS	dilluns i dimecres	17:30 / 18:15
	dilluns i dimecres	18:15 / 19:00
	dimarts i dijous	17:30 / 18:15
	dimarts i dijous	18:15 / 19:00
NATACIÓ XIQUETS	dilluns i dimecres	17:30 / 18:15
	dilluns i dimecres	18:15 / 19:00
	dilluns i dimecres	19:00 / 19:45
	dimarts i dijous	17:30 / 18:15
	dimarts i dijous	18:15 / 19:00
	dimarts i dijous	19:00 / 19:45
NATACIÓ JÓVENS I ADULTS	dilluns i dimecres	10:15 / 11:00
	dilluns i dimecres	19:00 / 19:45
	dilluns i dimecres	19:45 / 20:30
	dilluns i dimecres	20:30 / 21:15
	dimarts i dijous	07:15 / 08:00
	dimarts i dijous	08:15 / 09:00
	dimarts i dijous	09:30 / 10:15
	dimarts i dijous	15:30 / 16:15
	dimarts i dijous	19:00 / 19:45
	dimarts i dijous	20:30 / 21:15
dimarts i dijous	21:15 / 22:00	

3A. EDAT (NADADORS)	dilluns i dimecres	10:15 / 11:00
NATACIÓ 3A. EDAT PSICOMOTRICITAT	dilluns i dimecres	10:15 / 11:00
AERÒBIC AQUÀTIC	dilluns i dimecres	09:30 / 10:15
	dilluns i dimecres	19:00 / 19:45
	dilluns i dimecres	20:30 / 21:15
	dimarts i dijous	09:30 / 10:15
	dimarts i dijous	19:00 / 19:45
	dimarts i dijous	20:30 / 21:15
TERAPÈUTICA ESQUENA	dilluns i dimecres	19:00 / 19:45
	dimarts i dijous	19:00 / 19:45
	dimarts i dijous	20:30 / 21:15
TERAPÈUTICA	dilluns i dimecres	19:45 / 20:30
	dimarts i dijous	11:00 / 11:45
	dimarts i dijous	11:45 / 12:30
	dimarts i dijous	19:45 / 20:30

ACTIVITATS MENSUALS

MATRONATACIÓ	dilluns i dimecres	11:00 / 11.45
---------------------	--------------------	---------------

ACTIVITATS ANUALS

ACTIVITAT	DIES	HORA
NATACIÓ BEBÉS	divendres	16:15 / 16:45
	divendres	16:45 / 17:15
	dissabte	11:15 / 11:45
	dissabte	12:30 / 13:00
	dissabte	13:00 / 13:30
NATACIÓ BENJAMINS	divendres	17:30 / 18:15
	divendres	18:15 / 19:00
	dissabte	09:45 / 10:30
	dissabte	10:30 / 11:15
	dissabte	11:45 / 12:30

NATACIÓ XIQUETS	divendres	17:30 / 18:15
	divendres	18:15 / 19:00
	divendres	19:00 / 19:45
	dissabte	10:30 / 11:15
	dissabte	11:15 / 12:00
	dissabte	12:00 / 12:45
	dissabte	12:45 / 13:30
JÓVENS I ADULTS	divendres	19:00 / 19:45
	divendres	20:00 / 20:45
	dissabte	10:30 / 11:15
	dissabte	11:15 / 12:00
3A. EDAT (PSICOMOTRICITAT)	divendres	11:00 / 11:45
3A. EDAT (NADADORS)	divendres	10:15 / 11:00
NATACIÓ DISCAPACITATS	dijous	19:45 / 20:15
	divendres	17:00 / 17:30
	divendres	19:00 / 19:30
	divendres	19:45 / 20:15
	dissabte	13:30 / 14:00
	dissabte	14:00 / 14:30
	AERÒBIC AQUÀTIC	divendres
divendres		20:15 / 21:00



BANY LLIURE

Des de l'1 de setembre de 2011 fins al 30 de juny de 2012. Tancat juliol i agost de 2012 (el bany lliure es farà en les piscines municipals d'estiu)

Duració màxima de bany: una hora.

TIPUS D'ÚS

Entrada puntual: permet la utilització d'una hora de bany.

Abonament de 10 banys: amb una duració d'un any a partir de l'adquisició.

Abonament de 20 banys: amb una duració d'un any a partir de l'adquisició.

Com que estos abonaments són impersonals, el Servei Municipal d'Esports no se'n fa responsable del deteriorament, del robament o de la pèrdua.

Abonaments anuals: amb una duració d'un any a partir de l'adquisició.

Individual

Familiar de 2 o 3 membres

Familiar de 4 o més membres

INSCRIPCIONS

Lloc:

Entrades i abonaments de 10 i 20 banys: a la Piscina Municipal Coberta. 96 370 99 63.

Abonaments anuals:

Al Servei Municipal d'Esports (Piscina Municipal Coberta de Xirivella):

De dilluns a divendres, de 09:00 a 14:00 h

Dimarts i dijous, de 17:00 a 20:00 h

Els abonaments podran adquirir-se, mentre queden places disponibles, en qualsevol

moment de la temporada.

Els abonaments anuals són intransferibles i donen dret a gaudir de les instal·lacions en els horaris diaris destinats a bany lliure i sempre que el volum màxim d'ocupació que marca la legislació hi permeta l'accés.

En els abonaments anuals familiars, s'entenen com a membres totes les persones que figuren com a residents en el mateix domicili familiar. Els interessats hauran d'aportar documentació que acredite esta condició (certificat d'empadronament).

MOLT IMPORTANT:

En tots els abonaments anuals la duració serà d'1 any a partir de l'adquisició. Durant els mesos de juliol i agost, en els quals la Piscina Municipal Coberta està tancada, els usuaris d'estos abonaments podran fer el bany lliure en les piscines municipals d'estiu de Xirivella (Ramón Sáez i barri de La Llum).

PREUS

Entrada a bany lliure: **3'60 euros**

Entrada carnet jove, 3a. edat i pensionistes de Xirivella: **2'70 euros**

Bo de 10 banys: **.26,00 euros**

Bo de 10 banys carnet jove, 3a. edat i pensionistes de Xirivella: **19,50 euros**

Bo 20 banys: **46,00 euros**

Bo de 20 banys carnet jove, 3a. edat i pensionistes de Xirivella: **34,50 euros**



Abonament temporada individual: **120,00 euros**

Abonament temporada individual, carnet jove, 3a. edat i pensionistes de Xirivella: **90,00 euros**

Abonament temporada familiar 2 o 3 membres: **200,00 euros**

Abonament temporada familiar 4 o més membres: **239,00 euros**

Lloguer carrer vas gran: **47,50 euros per hora**

Lloguer carrer vas xicotet: **32,00 euros per hora**

Per a traure i utilitzar la entrada, bo de 10 banys i bo de 20 banys amb carnet jove, 3ª edat i pensionistes, s'haurà de presentar sempre la documentació.

HORARI DE BANY LLIURE

Horari en què els usuaris podran accedir a la instal·lació en qualsevol horari i podran fer una hora de bany:
De dilluns a divendres, de 7:00 a 17:00 h

Horari en què els usuaris podran fer una hora o fracció i hauran de finalitzar a l'hora en punt:
De dilluns a divendres, de 17:00 a 22:00 h
Dissabtes, de 8:00 a 15:00 h

S'hauran de respectar els carrers de bany lliure destinats per a cada hora. L'espai destinat

al bany lliure estarà supeditat a la realització dels cursos de natació, i la quota màxima del carrer està limitada a 12 persones. S'hi assegura un mínim de dos carrers del vas gran, i la disponibilitat del vas xicotet estarà supeditada a la demanda dels cursos. En el tauler d'anuncis de la Piscina Municipal Coberta s'estipularan els carrers de bany lliure per a cada hora, tant en el vas gran com en el vas xicotet.

No podrà accedir a la instal·lació per a fer bany lliure cap menor de 13 anys sense acompanyament d'un adult.

INFORMACIÓ GENERAL MOLT IMPORTANT

Les dates de finalització i tancament i els calendaris de sessions reflectits en el present fullet són merament orientatius i poden patir alguna modificació al llarg del curs. **El dissabte 19 i diumenge 20 de novembre el Pavelló Cobert romandrà tancat amb motiu de la 18a. Mostra Internacional de Pallassos de Xirivella**

Els pagaments dels rebuts es faran obligatoriament en qualsevol sucursal de La Caixa.

Una vegada s'aprove l'Ordenança Reguladora de la taxa per prestació del servei de piscines i instal·lacions esportives i altres serveis anàlegs, que és la que regula les taxes que apareixen en esta publicació, entrarà en vigor l'endemà de la publicació en el Butlletí Oficial de la Província i continuarà vigent fins que se n'acorde la modificació o la derogació.

CALENDARI GENERAL D'ACTIVITATS

TEMPORADA 2011/2012

Setembre						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
			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		

Desembre						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
			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	

Març						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
			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	

Juny						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
				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	

Octubre						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
					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						

Gener						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
						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						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
						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						

Juliol						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
						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					

Novembre						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
	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				

Febrer						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
		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				

Maig						
dl	dt	dc	dj	dv	ds	dg
	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			

- Apertura i tancament de la Piscina Municipal Coberta
- Inici cursos Trimestrals Piscina Municipal Coberta i cursos Trimestrals Programes Esportius Municipals per a Adults
- Fi cursos Trimestrals Piscina Municipal Coberta i cursos Trimestrals Programes Esportius Municipals per a Adults
- Cursos Cuadrimestrals Escoles Esportives Municipals
- *Juny: cursos de natació intensius de la Piscina Municipal Coberta
- *Juny i Juliol: cursos de natació intensius de les Piscines Municipals d'Estiu
- Dies que no hi han activitats esportives
- Dies festius
- Renovació de reserves múltiples





AJUNTAMENT DE XIRIVELLA

Regidoria d'Esports

