

**ESCUELAS DEPORTIVAS  
LA RINCONADA  
2022/2023**



patronato de deportes  
AJUNTAMIENTO DE LA RINCONADA

# Saluda



Vuelvo a dirigirme a todos vosotros/as para presentar la nueva temporada de nuestras Escuelas Deportivas organizadas por el Patronato Municipal de Deportes de La Rinconada.

Se trata de uno de los programas más destacados de los que ponemos en marcha porque va destinado a la práctica totalidad de la ciudadanía con un amplio abanico de edades y de modalidades deportivas, para cumplir con uno de los objetivos primordiales de este Organismo Autónomo, promover la práctica deportiva en nuestra vida cotidiana.

Para esta nueva temporada, pondremos en marcha todas las disciplinas deportivas que nos han venido acompañando en las últimas temporadas, y que tan buena respuesta han tenido por parte de todos los usuarios/as. Contaremos con programas dirigidos a todas las edades que se impartirán en la red de instalaciones deportivas de La Rinconada.

Desde el Patronato Municipal de Deportes de La Rinconada animamos a todas las personas a que conozcan toda la oferta deportiva que ponemos en marcha, porque es de vital importancia que introduzcamos hábitos saludables en nuestras rutinas diarias y así poder disfrutar de todos los beneficios que nos aporta la práctica deportiva, tanto físicos como mentales.

**D. Rafael Fernández Arteaga**  
*Concejal Delegado de Deportes*

1

# ACTIVIDADES FÍSICAS PARA NIÑ@S

Desde el 3 de octubre de 2022 al 31 de mayo de 2023.

## PSICOMOTRICIDAD (75 plazas) Edades

●	L-X	17:00 - 18:00	3-4
●	M-J	17:00 - 18:00	3-4
●	L-X	17:00 - 18:00	3-4

## INICIACIÓN DEPORTIVA (75 plazas)

●	L-X	16:00 - 17:00	5-6
●	M-J	16:00 - 17:00	5-6
●	L-X	16:00 - 17:00	5-6

## ATLETISMO (100 plazas)

●	L-X	16:00 - 17:00	5-8
●	L-X	17:00 - 18:00	9-16
●	M-J	16:00 - 17:00	5-8
●	M-J	17:00 - 18:00	9-16

## BÁDMINTON (48 plazas)

●	L-X	16:00 - 17:00	6-11
●	L-X	17:00 - 18:00	12-16
●	M-J	17:00 - 18:00	6-12

## BALONMANO (25 plazas)

●	M-J	16:00 - 17:00	6-12
---	-----	---------------	------

## BALONCESTO (100 plazas) Edades

●	L-X	16:00 - 17:00	12-16
●	L-X	17:00 - 18:00	6-12
●	M-J	16:00 - 17:00	6-12
●	M-J	17:15-18:15	6-12

## BAILE MODERNO (50 plazas)

●	L-X	18:00-19:00	7-16
●	M-J	17:00 - 18:00	7-16

## BICICLETA (15 plazas)

●	M-J	17:00 - 18:00	7-15
---	-----	---------------	------

## PATINAJE (50 plazas)

●	M-J	16:00 - 17:00	7-15
●	M-J	17:15-18:15	7-15

## PEQUE RÍTMICA (60 plazas)

●	L-X	17:00 - 18:00	3-4
●	M-J	17:00 - 18:00	3-4
●	M-J	16:00 - 17:00	3-4



# 2

## ACTIVIDADES FÍSICAS PARA NIÑ@S

Desde el 3 de octubre de 2022 al 31 de mayo de 2023.

### **GIMNASIA RÍTMICA** (175 plazas) *Edades*

●	M-J	16:00 - 17:00	5-7
●	M-J	17:00 - 18:00	8-14
●	M-J	18:00-19:00	Perfecc
●	L-X	16:00 - 17:00	5-7
●	L-X	18:00-19:00	8-14
●	M-J	16:00 - 17:00	5-7
●	M-J	18:00-19:00	8-14

### **FÚTBOL-7** (270 plazas) *Edades*

●	L-X	16:00 - 17:00	9-11
●	L-X	17:00 - 18:00	12-15
●	L-X	16:00 - 17:00	7-8
●	L-X	16:00 - 17:00	9-11
●	M-J	16:00 - 17:00	12-15
●	M-J	16:00 - 17:00	9-11
●	L-X	16:00 - 17:00	7-8
●	L-X	17:00 - 18:00	9-11
●	L-X	18:00-19:00	12-14

### **INSTALACIONES ESCUELAS DEPORTIVAS:**

- C.E.I.P. JÚPITER
- C.E.I.P. LOS AZAHARES
- C.E.I.P. PEPE GONZÁLEZ
- C.E.I.P. BLANCA DE LOS RÍOS
- C.E.I.P. NTRA. SRA. PATROCINIO
- C.E.I.P. MAESTRO ANTONIO RGUEZ.
- ESTADIO M. FELIPE DEL VALLE
- SALA U.M. ESTADIO M. F. DEL VALLE
- SALA LOS SILOS
- SALA ÁREA DE LA MUJER
- PABELLÓN M. AGUSTÍN ANDRADE
- PABELLÓN M. FERNANDO MARTÍN
- PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL
- POLIDEPORTIVO ANEXO PISCINA C.
- POLIDEPORTIVO "CASTAÑITA"
- POLIDEPORTIVO EL SANTÍSIMO
- POLIDEPORTIVO LEONARDO RAMOS YERGA



# 3

## ACTIVIDADES FÍSICAS PARA NIÑ@S

Desde el 3 de octubre de 2022 al 31 de mayo de 2023.

### FÚTBOL-SALA (40 plazas)

			Edades
●	L-X	16:00 - 17:00	6-8
●	L-X	17:00 - 18:00	9-12

### PÁDEL (100 plazas)

●	L-X	16:00 - 17:00	8-11
●	L-X	17:00 - 18:00	12-15
●	M-J	17:00 - 18:00	8-11
●	L-X	16:00 - 17:00	8-11
●	L-X	17:00 - 18:00	12-15
●	L-X	16:00 - 17:00	8-11
●	L-X	17:00 - 18:00	12-15

### MINI TENIS (20 plazas)

●	L-X	17:00 - 18:00	4-5
●	L-X	18:00-19:00	6-7

### TENIS (72 plazas)

●	L-X	16:00 - 17:00	8-11
●	L-X	17:00 - 18:00	12-15
●	M-J	16:00 - 17:00	8-11
●	M-J	17:00 - 18:00	12-15
●	M-J	16:00 - 17:00	8-11
●	M-J	17:00 - 18:00	12-15

### VOLEIBOL (50 plazas)

			Edades
●	M-J	18:15-19:15	11-16
●	M-J	19:30-20:30	11-16

### ZUMBA KIDS (75 plazas)

●	M-J	16:00 - 17:00	6-10
●	M-J	17:00 - 18:00	11-14
●	L-X	18:00-19:00	8-14

### PERSONAS CON DISCAPACIDAD

			(16 plazas)
●	L-X	18:00-19:00	12-20



# 4

## ACTIVIDADES FÍSICAS PARA ADULTOS

Actividades deportivas dirigidas a adultos, de edades comprendidas entre 16 y 59 años.

### GIMNASIA INTEGRAL (100 plazas)

●	L-X-V	09:30-10:30	25
●	L-X-V	20:00-21:00	25
●	L-X-V	09:30-10:30	25
●	L-X-V	19:00-20:00	25

### MANTENIMIENTO FÍSICO (50 plazas)

●	L-X-V	10:00-11:00	25
●	L-X-V	19:00-20:00	25

### AERO-STEP (25 plazas)

●	M-J	19:15-20:15	25
---	-----	-------------	----

### PILATES (240 plazas)

●	L-X	18:00-19:00	25
●	L-X	19:00-20:00	25
●	M-J	09:15-10:15	25
●	M-J	10:15-11:15	25
●	M-J	18:00-19:00	25
●	M-J	19:15-20:15	25
●	M-J	09:30-10:30	18
●	M-J	10:30-11:30	18
●	M-J	17:30-18:30	18
●	M-J	19:30-20:30	18
●	M-J	20:30-21:30	18

### BAILES DE SALÓN (25 plazas)

●	M-J	20:30-21:30	25
---	-----	-------------	----

### PÁDEL (140 plazas)

●	L-X	18:00-19:30	10
●	L-X	19:30-21:00	10
●	L-X	21:00-22:30	10
●	M-J	18:00-19:30	10
●	M-J	19:30-21:00	10
●	M-J	21:00-22:30	10
●	L-X	18:00-19:30	10
●	L-X	19:30-21:00	10
●	L-X	21:00-22:30	10
●	M-J	09:30-11:00	10
●	M-J	18:00-19:30	10
●	M-J	19:30-21:00	10
●	L-X	19:30-21:00	10
●	L-X	21:00-22:30	10

\*En los Cursos de Tenis y Pádel, el nivel de juego, deberá ser homogéneo dentro del grupo elegido, quedando a criterio del monitor, la posibilidad de cambiarlo de grupo.



# 5

## ACTIVIDADES FÍSICAS PARA ADULTOS

Actividades deportivas dirigidas a adultos, de edades comprendidas entre 16 y 59 años.

### TENIS

●	L-X-J	19:00-20:00	(60 plazas)	10
●	L-X-J	20:00-21:00		10
●	L-X-J	21:00-22:00		10
●	L-X-V	19:00-20:00		10
●	L-X-V	20:00-21:00	(Perfecc)	10
●	L-X-V	10:00-11:00		10

### YOGA

●	L-X	20:00-21:00	(93 plazas)	25
●	M-J	11:15-12:15		25
●	M-J	20:00-21:00		25
●	M-J	18:30-19:30		18

### ZUMBA FITNESS

●	L-X	09:30-10:30	(150 plazas)	25
●	L-X	19:45-20:45		25
●	L-X	21:00-22:00		25
●	M-J	19:00-20:00		25
●	M-J	20:15-21:15		25
●	L-X	20:00-21:00		25

### TAICHI

●	M-J	21:00-22:00	(25 plazas)	25
---	-----	-------------	-------------	----

### FLAMENCO FITNESS

●	L-X	21:00-22:00	(25 plazas)	25
---	-----	-------------	-------------	----

## PARA MAYORES

Iniciación a la práctica de gimnasia integral para mayores, con edades superiores a los 59 años.

### MAYORES EN FORMA

●	L-X-V	09:00-10:00	(150 plazas)	30
●	L-X-V	10:30-11:30		60
●	L-X-V	11:30-12:30		30
●	L-X-V	10:30-11:30		30



# 6

## ACTIVIDADES ACUÁTICAS DE INVIERNO

Desde el 1 de septiembre de 2022 al 30 de junio de 2023.

### CURSOS PARA NIÑOS (De 6-15 años)

#### Natación Aprendizaje

- L-X 16:00-16:50
- L-X 17:00-17:50
- L-X 18:00-18:50
- L-X 19:00-19:50
- M-J 16:00-16:50
- M-J 17:00-17:50
- M-J 18:00-18:50
- M-J 19:00-19:50

(Curso 1 Día/Semana)

- V 17:00-17:50
- V 18:00-18:50
- V 19:00-19:50

#### Natación Perfeccionamiento

- L-X 17:05-17:55
- L-X 18:05-18:55
- L-X 19:05-19:55
- M-J 16:05-16:55
- M-J 17:05-17:55

- M-J 18:05-18:55
- M-J 19:05-19:55
- L-X-V 17:05-17:55

(Curso 1 Día/Semana)

- V 17:05-17:55
- V 18:05-18:55

### CURSOS PARA PEQUES (De 3-5 años)

#### Natación Peques

- L-X 16:40-17:25
- L-X 17:30-18:15
- L-X 18:20-19:05
- L-X 19:10-19:55
- M-J 15:50-16:35
- M-J 16:40-17:25
- M-J 17:30-18:15
- M-J 18:20-19:05
- M-J 19:10-19:55

(Curso 1 Día/Semana)

- V 16:40-17:25
- V 17:30-18:15





# 7

## ACTIVIDADES ACUÁTICAS DE INVIERNO

Desde el 1 de septiembre de 2022 al 31 de junio de 2023.

### CURSOS PARA BEBÉS (De 5 meses-3 años)

#### Natación Bebés

- L-X 17:00-17:30
- L-X 17:30-18:00
- L-X 18:00-18:30
- L-X 18:30-19:00
- M-J 17:00-17:30
- M-J 17:30-18:00
- V 18:00-18:30
- V 18:30-19:00
- S 11:30-12:00
- S 12:00-12:30

### CURSOS PARA MAYORES (+65 años)

#### Gimnasia Acuática

- M-J 11:05-11:55
- L-X-V 10:05-10:55
- L-X-V 11:05-11:55

#### Natación Perfeccionamiento

- M-J 10:05-10:55

#### Natación Aprendizaje en piscina poco profunda.

- L-X 10:05-10:55
- L-X-V 10:05-10:55
- M-J 09:05-09:55
- M-J 10:05-10:55
- M-J 19:05-19:55



# ACTIVIDADES ACUÁTICAS DE INVIERNO

Desde el 1 de septiembre de 2022 al 30 de junio de 2023.

## CURSOS PARA ADULTOS (De 16-65 años)

### Natación Aprendizaje

●	L-X	08:05-08:55
●	L-X	11:05-11:55
●	L-X	18:05-18:55
●	L-X	19:05-19:55
●	L-X	20:05-20:55
●	L-X	21:05-21:55
●	M-J	08:05-08:55
●	M-J	09:05-09:55
●	M-J	18:05-18:55
●	M-J	19:05-19:55
●	M-J	21:05-21:55
●	M-J	22:05-22:55
●	L-X-V	08:05-08:55
●	L-X-V	09:05-09:55
●	L-X-V	11:05-11:55
●	L-X-V	19:05-19:55
●	L-X-V	20:05-20:55
●	L-X-V	21:05-21:55

## Natación Perfeccionamiento

●	L-X	08:05-08:55
●	L-X	09:05-09:55
●	L-X	10:05-10:55
●	L-X	11:05-11:55
●	L-X	18:05-18:55
●	L-X	19:05-19:55
●	L-X	20:05-20:55
●	L-X	22:05-22:55
●	M-J	09:05-09:55
●	M-J	18:05-18:55
●	M-J	19:05-19:55
●	M-J	20:05-20:55
●	M-J	21:05-21:55
●	M-J	22:05-22:55
●	L-X-V	08:05-08:55
●	L-X-V	09:05-09:55
●	L-X-V	10:05-09:55
●	L-X-V	11:05-11:55
●	L-X-V	19:05-19:55
●	L-X-V	20:05-20:55
●	L-X-V	21:05-21:55
●	L-X-V	22:05-22:55



# 9

## ACTIVIDADES ACUÁTICAS DE INVIERNO

Desde el 1 de septiembre de 2022 al 31 de junio de 2023.

### Aquarunning

- L-X-V 09:05-09:55

### Aquacrossfit

- L-X 09:05-09:45
- M-J 20:05-20:55

### Gimnasia Acuática

- M-J 09:05-09:55
- M-J 10:05-10:55
- M-J 21:05-21:55
- M-J-V 09:05-09:55
- L-X-V 10:05-10:55
- L-X-V 20:05-20:55
- L-X-V 21:05-22:55

*\*Los horarios, días, denominación, tipo o formato de los cursos son orientativos.  
La disponibilidad de calles para Nado Libre se publicará de forma bimestral.*



*'Piscina cubierta municipal'*



**patronatodeportes**  
AYUNTAMIENTO DE LA RINCONADA

# 10

## GABINETE DE MEDICINA DEPORTIVA

Desde el 1 de Septiembre de 2022 al 30 de Junio de 2023.

### **NATACIÓN TERAPÉUTICA** (111 plazas)

●	L-X-V	08:00-09:00	9
●	L-X-V	09:00-10:00	9
●	L-X-V	11:00-12:00	9
●	L-X-V	13:00-14:00	9
●	L-X-V	19:00-20:00	10
●	L-X-V	21:00-22:00	11
●	M-J	08:00-09:00	9
●	M-J	09:00-10:00	9
●	M-J	11:00-12:00	9
●	M-J	13:00-14:00	9
●	M-J	21:00-22:00	18

### **HIDROTERAPIA** (108 plazas)

●	L-X-V	08:00-09:00	12
●	L-X-V	09:00-10:00	12
●	L-X-V	12:00-13:00	12
●	L-X-V	14:00-15:00	12
●	L-X-V	20:00-21:00	12
●	M-J	10:00-11:00	12
●	M-J	12:00-13:00	12
●	M-J	14:00-15:00	12
●	M-J	20:00-21:00	12

### **NATACIÓN TERAPÉUTICA (Niños)** (31 plazas)

●	L-X-V	16:00-17:00	7
●	L-M	16:00-17:00	7
●	M-J	17:00-18:00	7
●	M-J	18:00-19:00	10

### **HIDROTERAPIA INFANTIL** (12 plazas)

●	L-X	13:00-14:00	4
●	L-X	14:00-15:00	4
●	L-X	15:00-16:00	4

### **NATACIÓN ADAPTADA** (7 plazas)

●	L-X-V	18:00-19:00	7
---	-------	-------------	---

### **MATRONATACIÓN** (20 plazas)

●	L-X-V	12:00-13:00	10
●	L-X-V	18:00-19:00	10

### **POST-PARTO** (10 plazas)

●	Según demanda		10
---	---------------	--	----

### **REEDUCACIÓN AL MOVIMIENTO** (50 plazas)

●	X-V	11:00-12:00	15
●	L-X	12:00-13:00	15
●	M-J	18:00-19:00	10
●	M-J	20:00-21:00	10

### **SERVICIOS MÉDICO DEPORTIVO EN EL GABINETE DE MEDICINA DEPORTIVA:**

- Bonos de recuperación funcional de lesiones deportivas e intervenciones quirúrgicas de aparato locomotor.
- Reconocimientos médicos de aptitud deportiva.
- Servicios de fisioterapia y osteopatía.
  - Consultas dietética-nutrición.
  - Consultas médico-deportivas.

# PROCEDIMIENTO DE INSCRIPCIÓN ESCUELAS DEPORTIVAS

**Renovación: Del 10 al 20 de septiembre.**

## Nuevas inscripciones:

Mediante sorteo para la obtención de una cita. Recogida de números para el sorteo, será desde el día **5 al 12 de septiembre**. El **13 de septiembre** se realizarán los sorteos. Se presentarán las listas de las personas que hayan solicitado citas, 4 inscripciones por cada cita. Las citas comenzarán el día **22 de septiembre** pero no se le asegura la plaza en los cursos.

## El pago de las actividades o servicios a renovar se podrá realizar:

- Ingreso directo en la c/c del Patronato de Deportes. **CAJASUR IBAN: ES17 0237 - 0347 - 00 - 9170734895**
- Mediante pago con tarjeta bancaria
- Domiciliación bancaria.

El pago de las actividades o servicios a renovar, deberá realizarse en la fecha explícita (Escuelas Deportivas de 3 a 16 años, véase el apartado de cuotas, para el resto, véase el calendario de pago, en los lugares de inscripción). Si en dicho periodo no se realizara la renovación, causaría baja en el programa inscrito.

Los horarios e instalaciones podrán ser modificados atendiendo a la demanda.

No se realizarán devoluciones una vez comenzados los grupos de las distintas modalidades deportivas, aunque el usuario no hubiera asistido.

**IMPORTANTE:** C uota anual:

Abonado con tarifa reducida 4,30 €

Abonado/a 8,60 €

ACTIVIDADES	EDADES	ABONAD@s (con tarifa reducida)	ABONAD@s
Escuelas deportivas Periodo de renovación: del 3 al 16 de enero 2023	De 3 a 16 años	15,10€ (cuatrimestre) 1er. cuatrimestre: de octubre '22 a enero '23 2do. cuatrimestre: de febrero a mayo '23	16,15 € (cuatrimestre)
Gimnasia Integral Mantenimiento Físico Aerostep - Pilates Baile de Salón - Taichi - Yoga Zumba Fitness - Flamenco Fitness	De 16 a 59 años	23,10 € (Bimensual)	45,20 € (Bimensual)
Mayores en forma	A partir de 59 años	23,10 € (Bimensual)	45,20 (Bimensual)
Curso de tenis	De 13 en adelante	35,70 € (Bimensual)	49,60 (Bimensual)
Curso de pádel	De 13 en adelante	41,50 € (Bimensual)	56,40 (Bimensual)

\* A los abonad@s con tarifa reducida, se le podrá aplicar las bonificaciones recogidas en el Art. 'Bonificaciones' de la Ordenanza Reguladora de tasas y precios públicos vigente.

\* Las cuotas están sujetas a la Ordenanza Reguladora de tasas y precios públicos relativos a 2022 y podrán sufrir modificaciones en 2023.

\* En el caso de que la situación producida por el COVID-19 diera lugar a la suspensión de dicho programa, la parte proporcional de la tasa ingresada será devuelta a cada usuario/a previa solicitud.



Ayuntamiento de la Rinconada  
patronato de deportes  
Comunidad Educativa de la Rinconada

SEVILLA  
FASHION OUTLET  
COMUNIDAD EDUCATIVA DE LA RINCONADA

DIPUTACION DE SEVILLA

Junta de Andalucía  
Comunidad Educativa de la Rinconada

Coca-Cola