



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportedecadiz.com

PROGRAMACIÓN ACTIVIDADES

TEMPORADA 2022/2023

COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CADIZ

CALENDARIO DE ACTIVIDADES:

El desarrollo de las actividades se llevará a cabo respetando los festivos del calendario laboral.

La celebración de actividades extraordinarias que coincidan en fechas y horas con las actividades propias y servicio de abonados supondrá la modificación o suspensión de las mismas.

ACCESO A LAS INSTALACIONES:

El acceso a la instalación se realizará mediante la tarjeta deportiva, la cual es personal e intransferible. El personal de la instalación está autorizado para controlar su correcto uso.

El acceso a los vestuarios se realizará 15 minutos antes del comienzo de la actividad.

PLAZOS:

- Del 20 de junio al 12 de agosto antiguos usuarios.
- A partir del 16 de agosto inscripciones para nuevos usuarios.

REQUISITOS:

- Inscripción (10€)
- Abonar la primera mensualidad.
- Cumplimentar la solicitud de inscripción.
- Autorización bancaria.
- No tener pendiente ningún recibo anterior.
- IMPORTANTE, para cursar la baja de cualquier actividad los usuarios deben solicitarla antes del día 25 del mes anterior.



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportecadiz.com

DESCUENTOS:

- **En cursos para domiciliados en Cádiz, no acumulables**

FAMILIA NUMEROSA: General 30% - Especial 50%

MAYORES DE 60 AÑOS: 50%

DISCAPACITADOS: 50% (acreditar minusvalía = o < al 33% reconocida INSS)

ESTUDIANTES UCA: 25%

CARNET JOVEN: 10%

IPREM: 100%, 50%, 25% y 10% (consultar condiciones).

LOS PRECIOS PUBLICOS SON REVISADOS ANUALMENTE, DE PRODUCIRSE
ALGUN CAMBIO SE ANUNCIARA CON LA SUFICIENTE ANTELACION.

MATRONATACIÓN

Fecha: Del 1 de octubre de 2022 al 30 de Junio de 2023.

Se convocan los siguientes Cursos:

1.- Martes y jueves a las 12.00 horas.

2.- De lunes a viernes a las 16.15 horas.

* Sesiones de 30 minutos. Edad: De 6 meses a 2 años. Máximo 12 y mínimo 3 niños/as por curso; **(1 acompañante al vestuario por niño/a. Accederán por los vestuarios de benjamines de piscina). (*)**

Precio: 16,30 € / mes por sesión semanal.



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportecadiz.com

BENJAMINES

Fecha: Del 1 de octubre de 2022 al 30 de Junio de 2023.

Se convocan los siguientes Cursos:

- Lunes a las 16.45, 17.30, 18.15 y 19.00 horas.
- Martes a las 16.45, 17.30, 18.15 y 19.00 horas.
- Miércoles a las 16.45, 17.30, 18.15 y 19.00 horas.
- Jueves a las 16.45, 17.30, 18.15 y 19.00 horas.
- Viernes a las 16.45, 17.30, 18.15 y 19.00 horas.

* Sesiones de 45 minutos. Edad: De 2 a 4 años. Máximo 18 y mínimo 3 niños/as por curso.

(1 acompañante al vestuario por niño/a. Accederán por los vestuarios de benjamines de piscina). (*)

Precio: 16,30 € / mes por sesión semanal.

ESCUELA DE NATACIÓN

Fecha: Del 1 de octubre de 2022 al 30 de Junio de 2023.

Se convocan los siguientes Cursos:

- Lunes a las 16.45, 17.30, 18.15 y 19.00 horas.
- Martes a las 16.45, 17.30, 18.15 y 19.00 horas.
- Miércoles a las 16.45, 17.30, 18.15 y 19.00 horas.
- Jueves a las 16.45, 17.30, 18.15 y 19.00 horas.
- Viernes a las 16.45, 17.30, 18.15 y 19.00 horas.

* Sesiones de 45 minutos. Edad: **de 5 a 14 años**. Máximo 48 y mínimo 6 niños/as por curso.



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportedecadiz.com

1 acompañante al vestuario por niño/a. Accederán por los vestuarios de grupos de piscina). (*)

Con los niños/as de 10 a 14 años no se admiten acompañantes al vestuario. Accederán por los vestuarios individuales de piscina). (*)

Precio: 14,80 € / mes por sesión semanal.

NATACIÓN ADULTOS

Fecha: Del 1 de octubre de 2022 al 30 de Junio de 2023.

Se convocan los siguientes Cursos:

- Lunes a las 9.45, 10.30, 18.15 y 20.00 horas.
- Martes a las 9.45, 10.30, 19.00, 20.00 y 21.00 horas.
- Miércoles a las 9.45, 10.30, 18.15 y 20.00 horas.
- Jueves a las 9.45, 10.30, 19.00, 20.00 y 21.00 horas.
- Viernes a las 9.45, 10.30, 18.15 y 20.00 horas.

* Sesiones de 45 minutos. **Edad: De 15 años a 65 años.** Máximo 30 y mínimo 6 por curso.

Accederán por los vestuarios individuales de piscina). (*)

Precio: 14.80 € / mes por sesión semanal.

NATACIÓN VETERANOS

Fecha: Del 1 de octubre de 2022 al 30 de Junio de 2023.

Se convocan los siguientes Cursos:

- Lunes a las 11.15 horas.
- Martes a las 11.15 horas.
- Miércoles a las 11.15 horas.



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportedecadiz.com

- Jueves a las 11.15 horas.
- Viernes a las 11.15 horas.

* Sesiones de 45 minutos. **Edad: mayores de 65 años.** Máximo 30 y mínimo 6 por curso.

Accederán por los vestuarios individuales de piscina). (*)

Precio: 14.80 € / mes por sesión semanal.

NATACIÓN PREVENTIVA

Fecha: Del 1 de octubre de 2022 al 31 de agosto de 2023.

Se convocan los siguientes Cursos:

- Lunes a las 16.00, 16.45, 17.30 y 18.15 horas.
- Martes a las 16.00, 16.45, 17.30 y 18.15 horas.
- Miércoles a las 16.00, 16.45, 17.30 y 18.15 horas.
- Jueves a las 16.00, 16.45, 17.30 y 18.15 horas.
- Viernes a las 16.00, 16.45, 17.30 y 18.15 horas.

* Sesiones de 45 minutos. Máximo 15 y mínimo 6 personas por curso.

(Accederán por los vestuarios individuales de piscina). (*)

Precio: 17,30 € / mes por sesión semanal



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportecadiz.com

GIMNASIA ACUÁTICA

Fecha: Del 1 de octubre de 2022 al 29 de junio de 2023.

Edad: A partir de 14 años.

Se convocan los siguientes Cursos:

- Martes de 20.00 a 20.45 horas.
- Jueves de 20.00 a 20.45 horas.

* Sesiones de 45 minutos. Máximo 15 y mínimo 6 personas por curso.

(Accederán por los vestuarios individuales de piscina). (*)

Precio: 17,30 € / mes por sesión semanal

CLUB DE LA SALUD

Clases de natación, fecha de comienzo: 1 de octubre de 2022.

Días: Lunes a Viernes

Horarios: 08.15 a 09.00 h y 09.00 a 09,45 horas.

Clases de gimnasia funcional, comienzo 1 de octubre de 2022.

Días: Lunes a Viernes

Horarios: 08.15 a 09.00 h. y 09.00 a 09.45 horas.

Paseos marcha, comienzo 1 de octubre de 2022.

Días: Lunes a Viernes

Horario: 10.00 a 11.00 horas

Edad: A partir de 65 años



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportedecadiz.com

NATACIÓN DEPORTIVA

Practicar Natación en las calles asignadas del Vaso de competición (de 50 x 25 metros) por un tiempo máximo de 1 hora/día en total, en los horarios establecidos por la instalación.

Actividad desde los 14 años, el usuario debe saber nadar con suficiencia y autonomía para la práctica deportiva de la natación.

Turno de mañana de lunes a sábados..... 17,40 €/Mes

Turno de tarde de lunes a sábados..... 22,40 €/Mes

- Natación sábados el horario se colocará en los tabloneros informativos.

SALA DE MUSCULACIÓN

Actividad anual, desde los 14 años, consta de dos salas de entrenamiento, musculación y sala aeróbica, con monitor/ra.

Turno de mañana en horario de 08.00 a 15.00 horas de lunes a viernes.....20,40 €/Mes

Turno de mañana y tarde en horario de 08.00 a 23.00 horas lunes a viernes..26,50 €/Mes

SALA FITNESS

Actividad anual., desde los 14 años.

Días: Turno de mañana, de lunes a viernes en horario de 10.00 a 12.45 horas.

Días: Turno de tarde de lunes a viernes de 16.30 a 21.15 horas.

Precio: 26.50 €/ Mes.



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportecadiz.com

GIMNASIA RÍTMICA

Fecha: Del 1 de octubre de 2022 al 30 de junio de 2023.

Se convocan las siguientes clases sin tapiz:

Escuela:

Días y hora: lunes, miércoles y viernes de 17.00 a 18.00 horas y de 18.00 a 19.00 horas.

Sesiones de 1 hora. (Máximo 15 y mínimo 5 niños/as.).....28,50 €/mes.

Entrenamientos: de lunes a viernes de 16,00 a 20,00 h. Sesiones de 4 h.....41,00 €/mes.

ABONOS

A partir de los 14 años. Natación de los sábados el horario se colocará en los tableros informativos.

***Musculación/Natación mañana:** de lunes a viernes, musculación de 08.00 a 15.00 h y natación de 08.00 a 14.30 horas.....32,50€

***Musculación/Natación tarde:** de lunes a viernes, musculación de 08.00 a 23.00 h y natación de 08.00 a 14.30 h y de 15.30 a 22.00 horas.....36,00€

***Musculación/Sala Fitness mañana:** de lunes a viernes de 08.00 a 15.00 horas....23,40€

***Musculación/Sala Fitness tarde:** de lunes a viernes de 08.00 a 23.00 horas.....30,50€

***Natación/Sala Fitness mañana:** de lunes a viernes de 08.00 a 14.30 h.....32,50 €/Mes.

***Natación/Sala Fitness tarde:** de lunes a viernes de 08.00 a 14.30 h y de 15.30 a 22.00 horas.....36,00 €/Mes.

***Abono Multiactividad:** de lunes a viernes musculación de 08.00 a 23.00 h, sala fitness de 10.00 a 21.15 h y natación de 08.00 a 14.30 y de 15.30 a 22.00 h.40,00 €/Mes.



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportecadiz.com

PABELLÓN DE LA PAZ

ACCESO A LAS INSTALACIONES:

El acceso a la instalación se realizará mediante la Tarjeta Deportiva, la cual es personal e intransferible. El personal de la instalación está autorizado para controlar su correcto uso.

El acceso a los vestuarios se realizará 15 minutos antes del comienzo de la actividad y la salida hasta 15 minutos después de la finalización.

La instalación cuenta con un vestuario masculino y otro femenino, por lo que en los casos que sea necesario el acceso de un acompañante, éste será del mismo sexo que el usuario.

- Inscripciones desde el 1 de septiembre del 2022.

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

Actividad de doce meses

De lunes a viernes en horario de 09.00 a 10.00 h y de 10.00 a 11.00 horas.

Sesiones de 1 horas.....8.70 €/Mes

Se convocan las siguientes clases gimnasia de mantenimiento de veteranos:

Fecha: Del 1 de octubre de 2022 al 30 de junio de 2023.

- Inscripciones desde el 1 de septiembre del 2022.

Lunes, miércoles y viernes de 11.30 a 12.30 horas.

Sesiones de 1 hora (máximo 15 y mínimo 3 usuarios/as por clase).....8.70 €/Mes



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportedecadiz.com

POLIDEPORTIVO EL NÁUTICO

ACCESO A LAS INSTALACIONES:

El acceso a la instalación se realizará mediante la Tarjeta Deportiva, la cual es personal e intransferible. El personal de la instalación está autorizado para controlar su correcto uso.

El acceso a los vestuarios se realizará 15 minutos antes del comienzo de la actividad y la salida hasta 15 minutos después de la finalización.

TAQUILLAS:

Los vestuarios de la instalación tienen taquillas individuales para los usuarios, los cuales deberán llevar el candado necesario para el cierre de la taquilla.

GIMNASIA DE MANTENIMIENTO

Sala de 13,20 x 5,40 x 5,15 metros.

Fecha: Del 1 de octubre de 2021 al 30 de junio de 2022.

- Inscripciones desde el 1 de septiembre del 2022.

Se convocan las siguientes clases:

Lunes, miércoles y viernes de 09.30 a 10.30 horas.

Sesiones de 1 hora (máximo 15 y mínimo 3 usuarios/as por clase).....8.70 €/Mes

Actividad de doce meses.

De lunes a viernes en horario de 18.00 a 19.00 h, de 19.00 a 20.00 h y de 20.30 a 21.30 horas. Sesiones de 1 hora (máximo 15 y mínimo 3 usuarios/as por clase)...8.70 €/Mes



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportedecadiz.com

CLUB DE LA SALUD

Clases de gimnasia funcional, fecha de comienzo: 1 de octubre de 2022.

Días: lunes, martes, miércoles, jueves y viernes.

Horarios: 09.00 a 09.30 horas.

Paseos marcha, comienzo 1 de octubre de 2022.

Días: lunes, martes, miércoles, jueves y viernes.

Horario: 10.00 a 11.00 horas.



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportedecadiz.com

PABELLÓN CENTRO HISTÓRICO

ACCESO A LAS INSTALACIONES:

El acceso a la instalación se realizará mediante la Tarjeta Deportiva, la cual es personal e intransferible. El personal de la instalación está autorizado para controlar su correcto uso.

El acceso a los vestuarios se realizará 15 minutos antes del comienzo de la actividad y la salida hasta 15 minutos después de la finalización.

TAQUILLAS:

Los vestuarios de la instalación tienen taquillas de moneda individuales para los usuarios.

MUSCULACIÓN

Sala de musculación de 22 x 10,5 metros, actividad de doce meses, con monitor/ar.

- Actividad de doce meses.

Turno de mañana en horario de 08.00 a 13.00 horas de lunes a viernes.....18,00 €/Mes

Turno de tarde y mañana en horario de 17.00 a 22.00 horas lunes a viernes..23,50 €/Mes



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportedecadiz.com

ESCUELA MUNICIPAL DE CORTADURA

ACCESO A LAS INSTALACIONES:

El acceso a la instalación se realizará mediante la Tarjeta Deportiva y ticket, la cual es personal e intransferible. El personal de la instalación está autorizado para controlar su correcto uso.

El acceso a los vestuarios se realizará 15 minutos antes del comienzo de la actividad y la salida hasta 15 minutos después de la finalización.

SURF ADULTO: A partir de 16 años con un ratio de 7/1. (3 horas de duración)

Temporada de invierno: de octubre de 2022 al 30 de abril de 2023

-Lunes y martes.....16:00-17:30 h.
-Miércoles y jueves.....16:00-17:30 h.
-Viernes.....16:00-19:00 h.

Septiembre 2022 y Mayo y junio 2023

SEMANA TIPO A:

-Miércoles, jueves y viernes.....10:00-11:00 h.
-Miércoles, jueves y viernes.....12:00-13:00 h.
-Miércoles, jueves y viernes.....16:00-17:00 h.

SEMANA TIPO B:

-Martes.....15:00-18:00 h.
-Miércoles, jueves y viernes.....10:00-11:00 h.
-Miércoles, jueves y viernes.....12:00-13:00 h.



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportecadiz.com

Precio: 36,00 € / por curso

SURF INFANTIL: A partir de 10 años de edad con un ratio 7/1.

Temporada de invierno: de Octubre de 2022 al 30 de abril de 2023. (2 sesiones, 2,5 horas/día)

Mañanas de sábado y domingo:.....10:15 a 12:45 h.

Tardes de sábado y domingo:.....16:15 a 18:45 h.

Septiembre 2022 y Mayo y junio 2023

SEMANA TIPO A:

Mañanas de sábado y domingo (2 sesiones, 2,5 horas/día):..... 11:30 a 14:00 h.

SEMANA TIPO B:

Miércoles, jueves y viernes (3 sesiones, 1,67 horas/día):..... 16:00 a 17:40 h.

Precio: 36,00 € / por curso

KITE TIERRA: A partir de 16 años sesiones de 2 horas con un ratio de 5/1.

Temporada de invierno: de octubre de 2022 al 30 de abril de 2023

Lunes.....16:00 a 18:00 h.

Martes.....16.00 a 18.00 h.

Miércoles..... 16.00 a 18.00 h.

Viernes.....16:00 a 18:00 h.

Sábados.....10:15 a 12:15 h.

Domingos.....10:15 a 12:15 h.



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportecadiz.com

Septiembre 2022 y Mayo y junio 2023

SEMANA TIPO A:

Martes.....16.00 a 18.00 h.
Jueves12:00 a 14:00 h. y 16.00 a 18.00 h

SEMANA TIPO B:

Miércoles.....12:00 a 14:00 h. y 16.00 a 18.00 h
Viernes.....12:00 a 14:00 h. y 16.00 a 18.00 h
Sábados.....12:00 a 14:00 h. y 16.00 a 18.00 h

KITE AGUA: a partir de 16 años sesiones de 2 horas con un ratio de 3/1.

Temporada de invierno: de Octubre de 2022 al 30 de abril de 2023)

Lunes.....16:00 a 18:00 h.
Martes.....16:00 a 18:00 h.
Miércoles..... 16:00 a 18.00 h. y 16:15 a 18:15 h.
Jueves.....16:15 a 18.00 h.
Viernes..... 16:00 a 18.00 h. y 16:15 a 18:15 h.
Sábados.....16:15 a 18:15 h.

Septiembre 2022 y Mayo y junio 2023

SEMANA TIPO A:

Lunes.....16:00 a 18:00 h.
Miércoles.....12:00 a 14:00 h. y 16.00 a 18.00 h.
Viernes..... 12:00 a 14:00 h. y 16.00 a 18.00 h.

SEMANA TIPO B:

Jueves.....12:00 a 14:00 h. y 16.00 a 18.00 h.



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportecadiz.com

Domingos..... 12:00 a 14:00 h.

Precio: 41,00 € / por curso

PADDLE: a partir de 16 años con un ratio de 3/1.

Temporada de invierno: de octubre de 2022 al 30 de abril de 2023)

Sábados y domingos.....12:30 a 14:00 h.

Jueves.....16:00 a 19:00 h.

Septiembre 2022 y Mayo y junio 2023

SEMANA TIPO A:

Miércoles, jueves y viernes.....10:00 a 11:00 h.

Sábados.....16:00 a 19:00 h.

SEMANA TIPO B:

Lunes.....15:00 a 18:00 h.

Miércoles, jueves y viernes.....10:00 a 11:00 h.

Precio: 36,00 € / por curso

Las Semanas tipo A y tipo B son alternas y están preparadas para que no coincidan los fines de semana surf y kite.



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportecadiz.com

PISCINA MUNICIPAL DE ASTILLEROS

ACCESO A LAS INSTALACIONES:

El acceso a la instalación se realizará mediante la Tarjeta Deportiva, la cual es personal e intransferible. El personal de la instalación está autorizado para controlar su correcto uso.

El acceso a los vestuarios se realizará 15 minutos antes del comienzo de la actividad y la salida hasta 15 minutos después de la finalización.

La instalación cuenta con un vestuario masculino y otro femenino, por lo que en los casos que sea necesario el acceso de un acompañante, éste será del mismo sexo que el usuario.

TAQUILLAS:

Los vestuarios de la instalación tienen taquillas individuales para los usuarios, los cuales deberán llevar el candado necesario para el cierre de la taquilla.

PLAZOS:

- Del 20 de junio al 29 de julio antiguos usuarios .
- A partir del 1 de septiembre inscripciones para nuevos usuarios.

MATRONATACIÓN

Curso dirigido a niños/as de 6 meses a 2 años.

Días: lunes, martes, miércoles, jueves y viernes.

Horario: 17.00 – 17.30 horas.

* Sesiones de 30 minutos. Máximo 12 y mínimo 3 niños/as por curso.

(*) 1 acompañante al vestuario por niño/a. Accederán al vestuario de niño/a

Precio: 16,30 € / mes por sesión semanal.



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportecadiz.com

NATACIÓN BENJAMINES

Curso dirigido a niños/as de 2 a 4 años.

Días: lunes, martes, miércoles, jueves y viernes.

Horario: 17.30 – 18.15 horas.

* Sesiones de 45 minutos. Máximo 12 y mínimo 3 niños/as por curso.

(*) 1 acompañante al vestuario por niño/a. Accederán al vestuario de niño/a

Precio: 16,30 € / mes por sesión semanal.

ESCUELA DE NATACIÓN

Curso dirigido a niños/as de 5 a 14 años.

Días: lunes, martes, miércoles, jueves y viernes.

Horario: 18.15 – 19.00 horas.

* Sesiones de 45 minutos. Máximo 24 y mínimo 6 niños/as por curso.

(*) De 5 a 9 años 1 acompañante al vestuario por niño/a.

De 10 a 14 años, no se admiten acompañantes al vestuario.

Precio: 14,80 € / mes por sesión semanal.

NATACIÓN ADULTOS

Días: martes y jueves

Horario: 20.00 – 20.45 horas.

* Sesiones de 45 minutos. Máximo 24 y mínimo 6 usuarios/as por curso.

Precio: 14,80 € / mes por sesión semanal.



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportedecadiz.com

NATACIÓN PREVENTIVA

Fecha de comienzo: 1 de septiembre de 2022.

Días: lunes, martes, miércoles y jueves.

Horarios: 17.30 – 18.15 horas.

18.15 – 19.00 horas.

* Sesiones de 45 minutos. 15 plazas por curso.

Precio: 17,30 € / mes por sesión semanal.

CLUB DE LA SALUD

Clases de natación, fecha de comienzo: 1 de octubre de 2022.

Días: lunes, martes, miércoles, jueves y viernes.

Horarios: 08.15 a 09.00 horas.

09.00 a 09.45 horas.

Clases de gimnasia funcional, comienzo 1 de octubre de 2022.

Días: lunes, martes, miércoles, jueves y viernes.

Horarios: 08.15 a 09.00 horas.

09.00 a 09.45 horas.

Paseos marcha, comienzo 1 de octubre de 2022.

Días: lunes, martes, miércoles, jueves y viernes.

Horario: 10.00 a 11.00 horas.

Edad: A partir de 65 años.



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportedecadiz.com

NATACIÓN DEPORTIVA

Practicar Natación en las calles asignadas del Vaso Deportivo (de 25 x 12,50 metros con una profundidad mínima de 1,80 m. y máxima de 2,40 m.) y uso del Circuito de Agua (máximo de 15 min.), por un tiempo máximo de 1 hora/día en total, en los horarios establecidos por la instalación.

El circuito de agua está compuesto por una cama de hidromasaje, una cortina de agua, dos chorros de agua y tres toberas lumbares.

El usuario debe saber nadar con suficiencia y autonomía para la práctica deportiva de la natación.

Lunes a viernes de mañana.....17,40 €/Mes

Lunes a viernes de mañana o tarde y sábado mañana.....22,40 €/Mes



EXCMO. AYUNTAMIENTO DE CÁDIZ

Departamento de Actividades Deportivas
Avda. José León de Carranza, s/n.
Tfnos. : 956 263 308
Fax: 956 263 006
11011 – Cádiz

actividades.deportivas@cadiz.es
www.deportecadiz.com

IMPORTANTE

El acceso a la instalación se realizará presentando el recibo de inscripción o la tarjeta deportiva las cuales son personal e intransferible. El personal de la instalación está autorizado para controlar su correcto uso.

El acceso a los vestuarios se realizará 15 minutos antes del comienzo de la actividad.

Las listas de espera de todas las instalaciones desaparecen el 30 de junio del 2023.

INFORMACION E INSCRIPCION

OFICINAS DE ATENCIÓN AL USUARIO:

- OFICINA DEL COMPLEJO DEPORTIVO CIUDAD DE CÁDIZ

Avda. Periodista Beatriz Cienfuegos, s/n, 11012 Cádiz

Teléfono: 956 211 256

- OFICINA DE LA PISCINA DE ASTILLEROS

Paseo Marítimo de Astilleros, s/n, 11012 Cádiz

Teléfono: 956 209 449

- OFICINA DEL POLIDEPORTIVO EL NÁUTICO

Plaza de Filipinas s/n, 11004 Cádiz

Teléfono: 956 229 041

oficinaimdcadiz@eulen.com

<https://deporte.cadiz.es>