

TEMPORADA 2016/2017
PREINFANTILES (1 a 5 años)

CLASES	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO
MATRONATACIÓN	V	3 AÑOS	16:30-17:00
NATACIÓN PEQUES	L-X	4 Y 5 AÑOS	16:30-17:00
			17:00-17:30
			17:30-18:00
			18:00-18:30
	M-J		17:00-17:30
	V		12:45-13:15
			13:15-13:45
			17:00-17:30
			17:30-18:00
			18:00-18:30
			18:30-19:00

INFANTILES (6 a 14 años)

ESCUELAS	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO	
BALONCESTO	L a V	6 A 14 AÑOS	18:00-20:00	
FÚTBOL SALA	L a J	6 A 14 AÑOS	17:00-20:00	
GIMNASIA ARTÍSTICA	L a J	6 A 14 AÑOS	17:00-20:00	
GIMNASIA RÍTMICA	L-X	NIVEL 0 / 6 A 14 AÑOS	17:00-18:00	
	M-J		17:00-18:00	
	L-X	NIVEL 1 / 6 A 14 AÑOS	18:00-19:00	
	M-J		18:00-19:00	
KARATE	L-X	10 A 14 AÑOS	17:00-18:00	
	M-J	6 A 9 AÑOS	17:00-18:00	
LUCHA	L-X	6 A 14 AÑOS	18:30-19:30	
NATACIÓN	L-X	NIVEL 0 / 10 A 14 AÑOS	18:30-19:00	
	M-J		19:00-19:30	
	L-X	NIVEL 0 / 6 A 9 AÑOS	18:30-19:00	
			17:00-17:30	
	M-J		17:30-18:00	
			18:00-18:30	
	V		17:00-17:30	
			17:30-18:00	
	L-X		18:00-18:30	
			18:30-19:00	
	M-J		NIVEL 1 / 10 A 14 AÑOS	18:30-19:00
	L-X		NIVEL 1 / 6 A 9 AÑOS	19:00-19:30
		17:00-17:30		
	17:30-18:00			
	18:00-18:30			
	17:00-17:30			
	17:30-18:00			
	M-J	NIVEL 2 / 10 A 14 AÑOS	18:00-18:30	
	L-X		18:30-19:00	
	L-X	NIVEL 2 / 6 A 9 AÑOS	18:30-19:00	
			19:00-19:30	
	M-J		17:30-18:00	
			18:00-18:30	
	TENIS	V	NIVEL 0 / 8 A 14 AÑOS	17:30-18:30
L-X		NIVEL 1A / 8 A 14 AÑOS	18:30-19:30	
L-X		NIVEL 1B / 8 A 14 AÑOS	17:30-18:30	
M-J		NIVEL 1C / 8 A 14 AÑOS	18:30-19:30	

distrito
san blas-canillejas

MADRID

Centro Deportivo Municipal
SAN BLAS**TEMPORADA 2016/2017****JÓVENES y ADULTOS (15 a 64 años)**

CLASES	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO
FITNESS	L-X	21 A 64 AÑOS	19:00-20:00
			21:00-22:00
	M-J		11:00-12:00
			18:00-19:00
			19:00-20:00
			20:00-21:00
COMBINADA (FITNESS / NATACIÓN)	L-X	21 A 64 AÑOS	20:00-21:00
	V		20:00-20:45
GIMNASIA RÍTMICA	L-X	15 A 20 AÑOS	19:00-20:00
	M-J		19:00-20:00
GIMNASIA SUAVE	L-X	21 A 64 AÑOS	13:00-14:00
NATACIÓN	L-X-V	NIVEL 0 / 21 A 64 AÑOS	08:15-09:00
			09:45-10:30
			10:30-11:15
			11:15-12:00
			15:45-16:30
			19:00-19:45
	M-J		19:45-20:30
			08:15-09:00
			09:00-09:45
			09:45-10:30
			10:30-11:15
			16:15-17:00
		19:45-20:30	
		20:30-21:15	
	L-X	NIVEL 1 / 15 A 20 AÑOS	19:00-19:30
	M-J		19:00-19:30
	L-X-V	NIVEL 1 / 21 A 64 AÑOS	09:00-09:45
			09:45-10:30
			10:30-11:15
			11:15-12:00
			15:45-16:30
			19:00-19:45
	M-J		20:30-21:15
			09:00-09:45
			09:45-10:30
			10:30-11:15
			11:15-12:00
			16:15-17:00
		19:30-20.15	
		19:45-20:30	
	L-X	NIVEL 2 / 15 A 20 AÑOS	19:00-19:30
	M-J		18:30-19:00
	L-X	NIVEL 2 / 21 A 64 AÑOS	19:30-20.15
	L-X-V		08:15-09:00
			09:00-09:45
			09:45-10:30
			10:30-11:15
			19:45-20:30
			20:30-21:15
	M-J		08:15-09:00
			09:45-10:30
			10:30-11:15
			11:15-12:00
			19:00-19:45
		20:30-21:15	



distrito
san blas-canillejas

MADRID

Centro Deportivo Municipal
SAN BLAS

TEMPORADA 2016/2017

TENIS	V	NIVEL 0 / 21 A 64 AÑOS	16:30-17:30
	L-X	NIVEL 0A / 21 A 64 AÑOS	16:30-17:30
	L-X-V	NIVEL 1A / 21 A 64 AÑOS	19:30-20:30
	M-J	NIVEL 1B / 21 A 64 AÑOS	19:30-20:30
	M-J	NIVEL 1C / 21 A 64 AÑOS	20:30-21:30
	M-J	NIVEL 2 / 15 A 20 AÑOS	18:30-19:30
	L-X-V	NIVEL 2A / 21 A 64 AÑOS	20:30-21:30
	M-J	NIVEL 2B / 21 A 64 AÑOS	16:30-17:30
MAYORES (a partir de 65 años)			
CLASES	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO	L-X	FUERTE / 65 A 75 AÑOS	12:00-13:00
	L-X	SUAVE / 65 A 75 AÑOS	11:00-12:00
	M-J		12:00-13:00
	M-J	SUAVE /+ 75 AÑOS	13:00-14:00
NATACIÓN	L-X	N.0 / A PARTIR DE 65	12:15-12:45
	M-J		12:15-12:45
	M-J	NADADOR/ A PARTIR 65	12:45-13:15
PERSONAS CON DISCAPACIDAD			
CLASES	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO
NATACIÓN DISCAPACITADOS PSÍQUICOS	V	NIVEL 0 / 21 A 64 AÑOS	16:30-17:30
NATACIÓN DISCAPACITADOS FÍSICOS	V	NIVEL 0 / 6 A 14 AÑOS	19:00-19:30
	V	NIVEL 0 / 15 A 20 AÑOS	19:00-19:30
PROGRAMA GENERAL DE PSICOMOTRICIDAD INFANTIL			
CLASES	DÍAS	NIVEL/ GRUPO EDAD	HORARIO
PSICOMOTRICIDAD	L-X	3 A 4 AÑOS	16:30-17:15
	M-J		16:45-17:30
	L-X	4 A 5 AÑOS	17:15-18:00
	M-J		17:30-18:15
	L-X	5 A 6 AÑOS	18:00-18:45
	M-J		18:15-19:00
	L-X	6 A 8/9 AÑOS	18:45-19:30
	M-J		19:00-19:45
PROGRAMA DEPORTIVO EN LA CALLE			
CAMINAR POR MADRID	V	21 A 64 AÑOS	11:00-12:30
	V	A PARTIR 65 AÑOS	12:30-14:00