

DEPORTE



BOLETÍN INFORMATIVO N° 38 / MAYO 10 / ÁREA DE GOBIERNO DE VICEALCALDÍA / ÁREA DE COORDINACIÓN INSTITUCIONAL

DIRECCIÓN GENERAL DE DEPORTES

ESPECIAL VERANO 2010



ENSEÑANZAS DEPORTIVAS

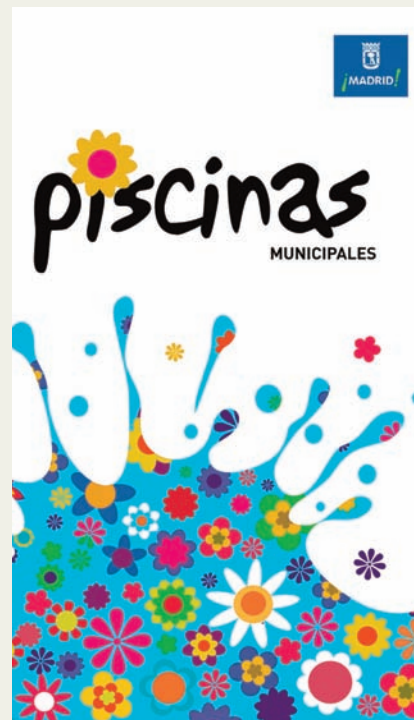
Programa deportivo para el verano. Durante los meses de julio y agosto, los Centros Deportivos Municipales con piscinas al aire libre desarrollan un Programa Deportivo de Verano en el que, junto con los tradicionales cursos de Natación y Polideportivos, se organizan cursos intensivos y de actividades acuáticas y deportivas, acordes a esta época del año.

+ info

CENTROS DEPORTIVOS MUNICIPALES

Plan de seguridad e higiene para las piscinas. Durante la temporada estival, el Ayuntamiento de Madrid lleva a cabo un riguroso plan, cuyo objetivo de garantizar la calidad del servicio y la seguridad e higiene de las piscinas municipales y de sus espacios auxiliares. **+ info**

- Recomendaciones Básicas sobre seguridad e higiene. **+ info**



VERANO 2010

Inicio de la temporada de piscinas al aire libre. Las piscinas municipales al aire libre inician su temporada el próximo 29 de mayo, celebrando en su primer día una jornada de puertas abiertas, con acceso gratuito a sus recintos hasta completar su aforo. **+ info**

- Precios uso de piscinas **+ info**

Piscinas al aire libre en Centros Deportivos Municipales. Relación de Centros Deportivos Municipales con piscinas al aire libre, durante el verano de 2010. **+ info**



MEDICINA DEPORTIVA

Programa de Psicomotricidad en verano. Durante el mes de julio, el Centro Deportivo Municipal Moratalaz acogerá nuevamente el Programa de Psicomotricidad Infantil de Verano, que permitirá a los más pequeños iniciarse en la práctica deportiva, disfrutando de los distintos espacios que este centro deportivo dispone, siempre por medio de su participación en diferentes juegos. **+ info**



VERANO 2010

Inicio de la temporada de piscinas al aire libre

Las piscinas municipales al aire libre inician su temporada el próximo 29 de mayo, celebrando en su primer día una jornada de puertas abiertas, con acceso gratuito a sus recintos hasta completar su aforo.

En 2010, los recintos de verano permanecerán abiertos hasta el próximo 5 de septiembre, con un horario de funcionamiento establecido entre las 11,00 y las 21,00 horas.

Este año se mantendrán las mismas tarifas que las establecidas en 2009 por la Ordenanza Fiscal Reguladora de la Tasa por Prestación de Servicios en Centros Deportivos y Casas de Baños. Junto con la entrada de piscina los madrileños disponen también de una serie de tarifas que hacen más asequible el acceso a las actividades y servicios deportivos municipales, en función del número de usos deportivos que vayan a realizar.

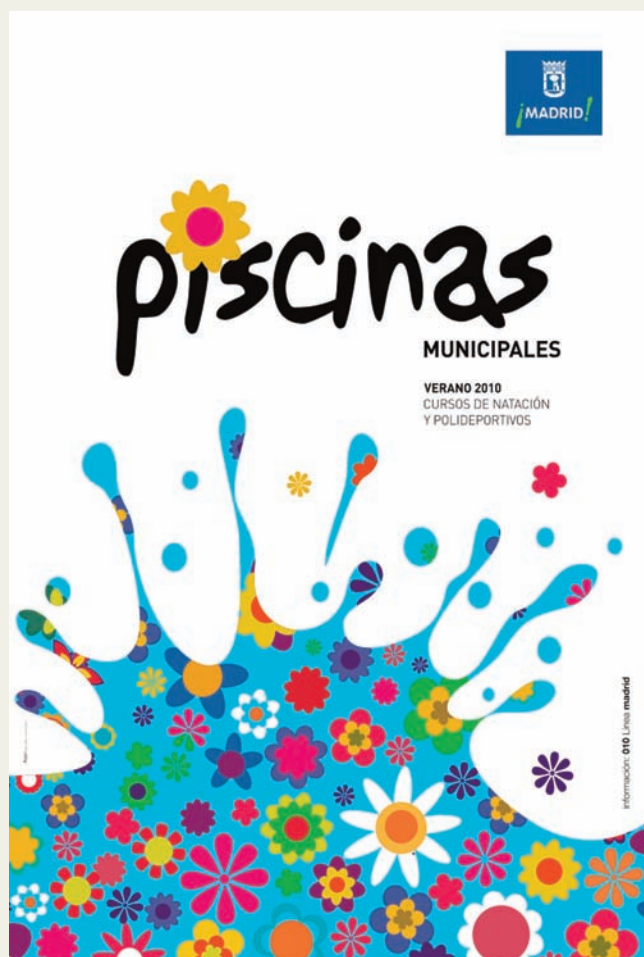
LOS RECINTOS DE VERANO PERMANECERÁN ABIERTOS ENTRE EL 29 DE MAYO Y EL 5 DE SEPTIEMBRE.

El Abono Deporte de Verano, válido para los meses de junio, julio y agosto, permite el acceso de las piscinas al aire libre, la utilización de instalaciones polideportivas, como Tenis de Mesa, Patinaje y pistas de Atletismo; la reserva gratuita de las pistas de Tenis – tarifa en la que no se incluye el alquiler-, y la gratuidad de la inscripción de las actividades dirigidas de verano, de las que se abonará sólo la cuota mensual correspondiente.

Junto con este abono de uso específico en época estival, también mantiene su validez el Abono Deporte Madrid, así como el Bono Multiuso de 10 sesiones, indicado para personas que realicen un uso menos frecuente.

LAS PISCINAS MUNICIPALES AL AIRE LIBRE MANTENDRÁN LOS MISMOS PRECIOS QUE EN 2009.

Además, existen tarifas específicas para jóvenes y se contempla el acceso gratuito de las personas con discapacidad a las piscinas de verano, mediante la utilización del carné de deporte especial.



Para diversificar las actividades deportivas, de carácter recreativo, estas tarifas permiten también la utilización gratuita del servicio de las pistas de Voley Playa, salvo en los horarios en los que existan clases programadas. Por último, en cada caso, se aplicará la correspondiente bonificación por familia numerosa, que será del 50 y del 90 por ciento para las categorías general y especial, salvo en los Bonos Multiuso.

Consultar precios uso de piscinas

VERANO 2010

Precios uso de piscinas



El Abono da derecho, durante el período de apertura de los recintos de verano, al uso libre de las piscinas al aire libre, a la utilización polideportiva (Tenis de Mesa, Patinaje y pista de Atletismo), a la reserva gratuita de las pistas de Tenis, (pero no a la tarifa de alquiler) y a la gratuidad de la inscripción de las actividades dirigidas de verano (no de la cuota mensual que corresponda).

Tanto a las Entradas como a los Abonos Deporte de Verano le serán aplicadas las bonificaciones establecidas en la Ordenanza Fiscal Reguladora de la Tasa por Prestación de Servicios en Centros Deportivos y Casas de Baños.

A estas tarifas se les aplicará la bonificación de familia numerosa (salvo para el Bono Multiuso).

ENTRADAS

Entrada Piscina adulto:	4,35 €
Entrada Piscina infantil:	2,65 €
Entrada Piscina joven:	3,50 €
Entrada Piscina mayores 65:	1,35 €

BONOS

Bono Multiuso adulto de 10 Baños:	37,20 €
Bono Multiuso infantil de 10 Baños:	22,35 €
Bono Multiuso joven de 10 Baños:	29,80 €
Bono Multiuso mayores de 10 baños:	11,20 €

ABONOS

Abono Deporte de Verano adulto:	122,35 €
Abono Deporte de Verano infantil:	73,45 €
Abono Deporte de Verano joven:	97,90 €
Abono Deporte de Verano mayores:	36,75 €

ENSEÑANZAS DEPORTIVAS

Programa de actividades para el verano

Durante los meses de julio y agosto, los Centros Deportivos Municipales con piscinas al aire libre desarrollan un Programa Deportivo de Verano en el que, junto con los tradicionales cursos de Natación y Polideportivos, se organizan cursos intensivos y de actividades acuáticas y deportivas, acordes a esta época del año.

Este programa de enseñanzas deportivas está dirigido a todos los grupos de edad, impartidas por técnicos deportivos, debidamente titulados y con una amplia experiencia docente. La oferta contempla actividades infantiles (niños de 4 a 14 años), para jóvenes (de 15 a 20 años), para adultos (de 21 a 64 años) y para mayores (a partir de 65 años).

CURSO DE NATACIÓN ESTIVAL.

Julio, agosto / Infantil, jóvenes y adultos

Aprendizaje de la Natación, en sesiones de treinta minutos, de lunes a viernes, incluyendo a niños de 4 y 5 años en los cursos infantiles de algunos de los centros deportivos municipales.

Tarjeta de Inscripción nuevos alumnos:	11,10 €
Cuota Curso Estival infantil:	15,65 €
Cuota Curso Estival jóvenes:	20,85 €
Cuota Curso Estival adultos:	26,05 €

CURSO POLIDEPORTIVO.

Julio, agosto / Infantil

Aprendizaje básico de diferentes deportes, con sesiones diarias de una hora, como mínimo y de cuatro, como máximo. En los cursos de duración superior a una hora, se incluirán treinta minutos de Natación.

Tarjeta de Inscripción nuevos alumnos:	11,10 €
Cuota Curso Estival 1 hora:	15,65 €
Cuota Curso Estival 2 horas:	31,30 €
Cuota Curso Estival 3 horas:	46,95 €
Cuota Curso Estival 4 horas:	62,60 €

ACTIVIDADES ACUÁTICAS.

Julio / Infantil

Su principal objetivo es iniciar a los niños que ya saben nadar, en la práctica de modalidades acuáticas como Waterpolo, Salvamento y Socorrismo, Natación con equipo ligero o Natación Sincronizada y darles a conocer actividades recreativas como Acuagim y Acuavoley. Las sesiones serán de una hora diaria, de lunes a viernes (excepto festivos).

Tarjeta de Inscripción nuevos alumnos:	11,10 €
Cuota Curso Estival Infantil:	31,30 €

PISTAS DE VOLEY-PLAYA.

Este servicio incluido en la entrada de piscina, salvo en los cursos programados.

CURSO INTENSIVO INFANTIL

Julio / Infantil

Dirigidos a niños de 6 a 14 años, en estos cursos se imparten conocimientos y prácticas de Natación y diferentes actividades deportivas al aire libre. Su duración es de quince días naturales, excluidos sábados, domingos y festivos. Las sesiones serán de cinco horas diarias, de lunes a viernes.

Cuota Curso Intensivo infantil:	146,65 €
---------------------------------	----------

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

Julio / Jóvenes, adultos y mayores

Clases de diferentes modalidades deportivas: Aeróbic, Acondicionamiento Físico-Deportivo, Tenis, Pádel, Ciclo Sala, Combinada con Natación, etc. Están programadas en una, dos o tres sesiones semanales, con una duración de cuarenta y cinco minutos a una hora, cada una.

Tarjeta de Inscripción nuevos alumnos:	11,10 €
Cuota 1 sesión semana	
Jóvenes 11,45 € / Adultos (*) 14,30 € / Mayores 4,30 €	
Cuota 2 sesiones semana	
Jóvenes 20,25 € / Adultos (*) 25,30 € / Mayores 7,60 €	
Cuota 3 sesiones semana	
Jóvenes 24,90 € / Adultos (*) 31,10 €	

(*) Salvo Tenis y Pádel, cuyas tarifas son las siguientes:

1 sesión semana: Adultos 17,70 €
2 sesiones semana: Adultos 31,30 €
3 sesiones semana: Adultos 38,45 €

ACUAGIM.

Julio / Jóvenes y adultos

Clases de Acondicionamiento Físico en el agua, programadas en una dos o tres sesiones semanales de cuarenta y cinco minutos.

Tarjeta de Inscripción nuevos alumnos:	11,10 €
Cuota 1 sesión semana	
Jóvenes 11,45 € / Adultos 14,30 € / Mayores 4,30 €	
Cuota 2 sesiones semana	
Jóvenes 20,25 € / Adultos 25,30 € / Mayores 7,60 €	
Cuota 3 sesiones semana	
Jóvenes 24,90 € / Adultos 31,10 €	

* A estas tarifas se les aplicará la bonificación de familia numerosa (salvo para la cuota de Inscripción).

CENTROS DEPORTIVOS MUNICIPALES

Plan de seguridad e higiene para las piscinas

Durante la temporada estival, el Ayuntamiento de Madrid lleva a cabo un riguroso plan, cuyo objetivo es garantizar la calidad del servicio y la higiene de las piscinas municipales y de sus espacios auxiliares, así como desarrollar un protocolo sanitario y de seguridad de los usuarios.

Este plan aplica todas las prescripciones establecidas en Ordenanza Reguladora de las Condiciones Higiénico Sanitarias, Técnicas y de Seguridad en las Piscinas.

Antes de la apertura de las piscinas de verano, los Centros Deportivos Municipales han de preparar y realizar un acondicionamiento de sus instalaciones, para garantizar el funcionamiento de las salas de depuración, las duchas y las áreas complementarias. Junto con la calidad del agua, también se examina minuciosamente el estado de los vasos de piscina, de los accesos y de las zonas de playa.

DIARIAMENTE SE REALIZAN 4 ANÁLISIS, QUE CONTROLAN LA CALIDAD DEL AGUA.

Una vez iniciada la temporada, antes del horario de apertura, se realizan



limpiezas en profundidad dentro de los vasos de piscina y en otros espacios destinados al uso público. Al final de cada jornada se continúan con estos trabajos en las áreas adyacentes al vaso de piscina, en los equipamientos complementarios y en los vestuarios. A lo largo del día, estas actuaciones se refuerzan, siempre que se necesario. Por otra parte, se realizan cuatro

análisis diarios para controlar la calidad del agua, midiendo diversos parámetros físico químicos y microbiológicos, entre otros, el cloro, el ph y la turbidez. Al concluir estos análisis, los resultados se exponen a la entrada de los recintos, quedando también anotados en los registros oficiales de cada centro deportivo.

SOCORRISTAS, MÉDICOS, ATS Y PERSONAL DE VIGILANCIA LLEVAN A CABO UN PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN EL ÁMBITO SANITARIO Y DE SEGURIDAD.

Junto con estas actuaciones, los Centros Deportivos Municipales desarrollan un plan sanitario y de seguridad, contando con socorristas, médicos, ATS y personal de vigilancia, que desarrollan un minucioso protocolo de actuación en caso de que se produzcan posibles incidentes. Todas estas medidas se completan con la difusión de diferentes sugerencias e indicaciones sobre el cuidado e higiene en el uso de este tipo de recintos, el baño, la exposición al sol y la digestión.

Recomendaciones Básicas sobre seguridad e higiene

EL SOL:

Es un elemento natural y bueno para la salud pero, tomado en exceso, puede ser muy perjudicial. Lo ideal es tomar el sol, graduando poco a poco los tiempos de exposición y utilizar una buena crema protectora.

Los niños son más sensibles que los adultos y las zonas de sombra, son sus mejores aliados.

El calor puede producir colapsos e insolaciones, por ello, hay que beber líquidos en abundancia.

EL BAÑO:

Es obligatorio ducharse antes del baño, el cual debe iniciarse con precaución, equilibrando gradualmente la temperatura del cuerpo y del agua.

LA DIGESTIÓN:

Antes del baño, no se debe beber ni comer y, si se hace, se deben respetar dos horas, como mínimo, para realizar la digestión. Después de la misma, hay que evitar las aguas frías.

LA HIGIENE:

En caso de padecer algún tipo de enfermedad infecciosa, hay que esperar a su curación para volver a utilizar la piscina. Se debe exigir una percha individual en los vestuarios y utilizar las papeleras, los cubos de la basura y los ceniceros.

En las zonas de playa se debe utilizar calzado exclusivo para este lugar; o si lo prefieren, ir descalzo. Hay que cuidar la limpieza de los aseos y de los servicios.

Antes del baño, es obligatorio el uso de la ducha, útil para limpiar el cuerpo de la crema protectora contra el sol y para graduar la temperatura del cuerpo con la del agua de la piscina.

MEDICINA DEPORTIVA

Programa de Psicomotricidad en verano



Durante el mes de julio, el Centro Deportivo Municipal Moratalaz acogerá nuevamente el Programa de Psicomotricidad Infantil de Verano, que permitirá a los más pequeños iniciarse en la práctica deportiva, disfrutando de los distintos espacios que este centro deportivo dispone, siempre por medio de su participación en diferentes juegos.

LOS CURSOS ESTÁN DIRIGIDOS A NIÑOS DE 3 A 5 AÑOS.

El Programa está organizado por el Departamento de Programas Médico-Deportivos de la Dirección Ge-

neral de Deportes, impartándose todas las actividades por técnicos especialistas en Psicomotricidad.

La participación está abierta a niños de 3 a 5 años, planteándose como una actividad educativa y de ocio, en la que se presta especial atención al desarrollo personal de cada alumno, respetando sus características motrices, cognitivas y de socialización. Las sesiones están también abiertas a niños y niñas con necesidades educativas especiales, incorporándoles a un entorno normalizado.

Aunque las distintas actividades se realizan conjuntamente entre el grupo de alumnos y el equipo de Técnicos Especialistas en Psicomotricidad, no obstante, cada Técnico tiene asignados un número de niños sobre los que realiza un seguimiento directo a lo largo de todo el desarrollo de la actividad.

Los alumnos pasan una mañana divertida jugando por todo el Centro Deportivo y, además, aprenden a respetar el entorno y el medio ambiente, conociendo y utilizando los diferentes equipamientos deportivos, como son las piscinas, las pistas, los espacios al aire libre y los parques. De modo especial, también aprenden hábitos y comportamientos higiénicos y de seguridad, relacionados con las actividades al aire libre y dentro del medio acuático: cambiarse de ropa, protegerse del sol, beber con frecuencia, usar la ducha antes y después del baño y adoptar actitudes seguras fuera y dentro del agua.

El desarrollo de este Programa de Psicomotricidad se ha planteado en dos ciclos independientes, siendo posible la participación en ambos. Cada uno de estos ciclos se inicia con una

reunión de 30 minutos, con los padres, para informar sobre los objetivos, la metodología, las actividades del programa, quién es el Técnico responsable de cada niño, así como otros temas que puedan ser de interés.

LOS ALUMNOS SE INICIAN EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA MEDIANTE DIFERENTES SITUACIONES DE JUEGO.

El último día, también se mantiene otra reunión, con una duración similar, para hacer un balance informativo de cómo se ha desarrollado la actividad globalmente, permitiendo a cada padre hablar personalmente con el Técnico responsable del seguimiento de sus hijos.

PROGRAMA DE PSICOMOTRICIDAD INFANTIL DE VERANO

EDADES:

Niños y niñas nacidos en los años 2005 y 2006.

LUGAR:

Centro Deportivo Municipal Moratalaz

Valdebernardo, s/n
Telf: 917 727 100

FECHAS:

1º Ciclo: del 2 al 15 de julio, ambos inclusive.

2º Ciclo: del 16 al 30 de julio, ambos inclusive.

Es posible inscribirse en ambos ciclos.

HORARIOS:

De lunes a viernes,
de 10:30 a 12:30 horas, salvo festivos.

INSCRIPCIONES:

A partir del día 26 de mayo, en el mismo Centro Deportivo.

PRECIO POR CICLO:

Inscripción nuevos alumnos: 11,10 €
Cuota Estival : 15,65 €

Piscinas al aire libre en Centros Deportivos Municipales

Relación de Centros Deportivos Municipales con piscinas al aire libre, durante el verano de 2010

ARGANZUELA

Peñuelas
Arganda, 25
914 732 491

FUENCARRAL EL PARDO

Barrio del Pilar
Monforte de Lemos, s/n
913 147 943

Santa Ana
Pº Alamedillas, 5
913 721 138

LATINA

Aluche
Avda. General Fanjul, 14
917 062 868

MONCLOA ARAVACA

Casa de Campo
Pº Puerta del Ángel, 7
914 630 050

Francos Rodríguez
Numancia, 1
914 599 871

José María Cagigal
Santa Pola, 22
915 413 716

CARABANCHEL

La Mina
Monseñor Óscar Romero, 41
914 661 278

USERA

Moscardó
Andrés Arteaga, 5
915 003 940

Orcasitas
Rafaela Ibarra, 52
914 692 374

San Fermín
La Estafeta, s/n
917 922 102

PUENTE DE VALLECAS

Palomeras
Tranvía de Arganda, s/n
(esquina Avda. de la Albufera)
917 774 901

Vallecas
Arroyo del Olivar, 51
913 030 608

MORATALAZ

Moratalaz
Valdebernardo, s/n
917 727 100

HORTALEZA

Hortaleza
Estación de Hortaleza, 11
913 821 965

Luis Aragonés
El Provencio, 20
913 003 612

VILLA DE VALLECAS

Cerro Almodóvar
Ctra. de Valencia, km. 9,500
913 314 104

VICÁLVARO

Vicálvaro
Pº del Polideportivo, 3
917 769 874

VILLAVERDE

Plata y Castañar
Pº Plata y Castañar, 7
915 051 532

SAN BLAS

San Blas (*)
Arcos del Jalón, 59
913 209 818

(*) Apertura desde el día 6 de junio