

entra en
acción

ACTIVIDADES
DEPORTIVAS 08/09

MULTIDEPORTE



www.zaragozadeporte.com



CAJA INMACULADA ■



**Zaragoza
DEPORTE**

deporte es
salud



socio
patrocinador:



deporte es corazón

Índice de actividades

ACTIVIDADES	Pág.
Senderismo para mayores de 65 años	4
Iniciación a la espeleología	6
Iniciación al descenso de barrancos	7
Iniciación al tiro con arco	8
Iniciación al tiro olímpico	9

Senderismo para mayores de 65 años

ENTIDAD GESTORA TÉCNICA:
Federación Aragonesa de Montañismo
976 227 971

Edades

Nacidos entre 1943 y 1933.

Plazas

450 plazas. 200 en el ciclo de OTOÑO y 250 en el ciclo de PRIMAVERA.

Cuota de inscripción

19,00 € por bloque.

(Cada bloque comprende uno de los pares de excursiones programados).

Información e inscripciones

Federación Aragonesa de Montañismo.

Directorio de entidades pág. 10.

Inscripciones Ciclo Otoño 2008

Se abre el plazo a partir del 8 de septiembre de 2008 y se cierra el viernes anterior a la actividad de cada bloque.

Inscripciones Ciclo Primavera 2009

Se abre el plazo a partir del 9 de marzo de 2009 y se cierra el viernes anterior a la actividad de cada bloque.

Cada persona puede inscribirse a un máximo de tres bloques por ciclo (siempre que uno de los bloques sea el primero).

Una vez finalizadas las inscripciones, si existieran plazas vacantes, éstas estarán disponibles a cualquier usuario (aunque ya esté apuntado en otros bloques).

Una semana antes del comienzo de cada bloque se abrirá la inscripción para las plazas vacantes.

Ciclo Otoño 2008

Sierra de la Virgen- Aniñón

25 septiembre

Sierra de Estadilla-Fonz

2 octubre

Entorno de Sos del Rey Católico

16 octubre

Fuente de los Clérigos

23 octubre



+ 65 años

Pozo de los Chorros

30 octubre

Monte de Candanchú

6 noviembre

Arandíga-Los Santos-Brea de Aragón

13 noviembre

Santuario de Rodanas-Épila

20 noviembre

Ciclo Primavera 2009

La Lomaza de Belchite

26 marzo

Ordesa

2 abril

Sotos y Mejana del Ebro

16 abril

El Caño del Gato

30 abril

Las Torres de Sibirana

7 mayo

El nacimiento del río Pitarque

14 mayo

Valdehurón

21 mayo

Peña Montañesa

28 mayo

Bosques mediterráneos del Sobrarbe

El Saso de Osera - Monegrillo

4 junio

Valle de Aísa (Igüer)

11 junio

Se establece un mínimo de 35 personas inscritas por salida.

Reconocimiento médico:

Será obligatorio para la inscripción en la actividad informe médico de aptitud para la práctica del senderismo.

Iniciación a la espeleología

ENTIDAD GESTORA TÉCNICA:
Federación Aragonesa de Espeleología
976 730 434

Edades

Nacidos en los años 1994 y anteriores.
Menores de 18 años con permiso paterno.

Duración

Opción A: 4 clases teóricas, 1 clase práctica y 1 salida práctica en noviembre de 2008.

Opción B: 6 clases teóricas, 1 clase práctica y 2 salidas prácticas en marzo de 2009.

Plazas

80 plazas:

Opción A: 40 plazas.

Opción B: 40 plazas.

(Mínimo 5 alumnos por técnico).

Cuota de inscripción

Opción A: 58,50 €.

Opción B: 70,00 €.

Información e inscripciones

Federación Aragonesa de Espeleología.
Directorio de entidades pág. 10.



+ 14 años

Iniciación al descenso de barrancos

ENTIDAD GESTORA TÉCNICA:
Federación Aragonesa de Espeleología
976 730 434

Edades

Nacidos en los años 1994 y anteriores.
Menores de 18 años con permiso paterno.
Necesario saber nadar y un nivel medio de condición física.

Duración

Por turno: Cuatro sesiones teóricas, una sesión práctica y una salida de fin de semana de práctica en cañones. A realizar en mayo de 2009.

Plazas

40 plazas. 2 turnos de 20 (mínimo 4 alumnos por técnico).

Cuota de inscripción

95,00 €.

Información e inscripciones

Federación Aragonesa de Espeleología.
Directorio de entidades pág 10.



+ 14 años

Iniciación al tiro con arco

ENTIDAD GESTORA TÉCNICA:
Club de Tiro Zaragoza
976 279 503

Edades

Nacidos entre los años 1938 y 1998.
Menores de 18 años con permiso paterno.

Inscripciones

Del 1 de septiembre al 1 de mayo.

Instalaciones

Galería de tiro con arco del Club de Tiro Zaragoza (C/ Fray Julián Garcés, s/n).

Materiales

Todos los materiales de práctica de este deporte los aportará el Club de Tiro.

Duración

4 cursos quincenales, de 9 horas de duración, de octubre a mayo.

Horario

Martes, miércoles y jueves de 19.00 a 20.30 horas.

Plazas

40 plazas. 4 cursos de 10 alumnos por curso.
Mínimo 6 alumnos por curso.

Cuota de inscripción

46 €.

Información e inscripciones

Club de Tiro Zaragoza.
Directorio de entidades pág. 10.



10-70 años

Iniciación al tiro olímpico

ENTIDAD GESTORA TÉCNICA:
Club de Tiro Zaragoza
976 279 503

Edades

Nacidos entre los años 1938 y 1998.
Menores de 18 años con permiso paterno.

Instalaciones

Galería de tiro neumático del Club de Tiro Zaragoza (C/ Fray Julián Garcés, s/n).

Materiales

Todos los materiales de práctica de este deporte los aportará el Club de Tiro.

Duración

Cursos quincenales, de 9 horas de duración, de octubre a mayo.

Horario

Lunes y miércoles de 18.00 a 20.15 horas.

Plazas

10 alumnos por curso. Mínimo 6 alumnos por curso.

Cuota de inscripción

46 €.

Información e inscripciones

Club de Tiro Zaragoza.
Directorio de entidades pág. 10.



10-70 años

Listado de entidades gestoras

FEDERACIÓN ARAGONESA DE MONTAÑISMO

C/ Albareda, 7, 4º, 4ª
Teléfono: 976 227 971
E-mail: fam@fam.es
Web: www.fam.es
Horario: De lunes a jueves de 18.30 a 21.00 h.

SENDERISMO PARA MAYORES DE 65 AÑOS

FEDERACIÓN ARAGONESA DE ESPELEOLOGÍA

C/ Padre Marcellán, 15
Teléfono: 976 730 434
Horario: Lunes y jueves, de 19.00 a 21.15 h.

C/ Escultor Moreto, 15
Teléfono: 976 591 079
E-mail : federacion@federacionaragonesaespeleologia.com
Web: www.federacionaragonesaespeleologia.com
Horario: Lunes, miércoles y viernes de 20.30 a 22.00 h.

INICIACIÓN A LA ESPELEOLOGÍA | INICIACIÓN AL DESCENSO DE BARRANCOS

CLUB DE TIRO ZARAGOZA

C/ Fray Julián Garcés, s/n
Teléfono: 976 279 503
E-mail: clubdetiro@ya.com
Web: clubdetiro.iespana.es
Horario: De lunes a jueves de 9.00 a 13.30 y de 16.00 a 19.30 h.; viernes de 9.00 a 17.00 h.

INICIACIÓN AL TIRO CON ARCO | INICIACIÓN AL TIRO OLÍMPICO

ZARAGOZA DEPORTE MUNICIPAL

Avda. Cesáreo Alierta, 120
Teléfono: 976 723 838
E-mail: zaragozadeporte@zaragozadeporte.com
Web: www.zaragozadeporte.com
Horario: De lunes a viernes de 9.00 a 14.00 h.

NORMAS GENERALES APROBADAS POR EL CONSEJO DE ADMINISTRACIÓN DE ZARAGOZA DEPORTE MUNICIPAL, S. A. DE FECHA 25 DE ABRIL DE 2006

Se admitirán un máximo de dos inscripciones por persona. En caso de cónyuges, hermanos, padres o hijos, una sola persona podrá inscribir a cualquiera de los miembros de la familia que figuren en el mismo Libro de Familia.

En algunas actividades ha habido la posibilidad de renovar las plazas del curso 2007-2008 para el actual, por lo que en ocasiones el número de plazas que figure en el folleto no coincidirá con el de plazas que se oferten en el primer periodo de inscripciones.

Las personas inscritas en actividades trimestrales o cuatrimestrales, tendrán un plazo previo de inscripción para el siguiente turno, del que se les informará a través de la Entidad Gestora Técnica.

Las renovaciones para el siguiente turno se efectuarán con el recibo que se entregará para hacerlo efectivo en Caja Inmaculada en las fechas que se indique. Solamente puede renovarse la plaza para la misma actividad, horario e instalación.

Los usuarios de actividades en las que se da la opción de renovación por banco para el siguiente periodo, y que en las fechas indicadas para renovación no tengan en su poder el correspondiente recibo bancario, deberán dirigirse a la Entidad Gestora Técnica quien les facilitará el oportuno duplicado.

Para participar en cualquiera de las actividades del presente programa se aconseja a los usuarios que, previamente al inicio de la actividad, se sometan a un reconocimiento médico.

Todos los usuarios de las actividades incluidas en este programa tendrán cobertura de accidentes, de acuerdo con las condiciones contempladas en la póliza suscrita por la Entidad Gestora Técnica.

Los usuarios, una vez formalizada la inscripción, aceptan las condiciones establecidas en la póliza suscrita por la Entidad Gestora Técnica.

Una vez realizada la inscripción no se admitirán cambios de horario ni la devolución del importe de la inscripción.

La programación podrá sufrir algún cambio o suspensión en función de posibles contratiempos relativos al funcionamiento de las instalaciones deportivas.

No se recuperarán las clases suspendidas por razones de fuerza mayor o las derivadas por cambios producidos en las instalaciones donde se desarrollan las actividades.

Zaragoza Deporte Municipal, S.A. se reserva el derecho a modificar las condiciones reflejadas en el presente programa de actividades, si las circunstancias obligasen a ello.

Dada la diversidad de edades a las que van dirigidas las actividades, podrá exigirse, en el momento de la inscripción, la presentación del D.N.I. o documento en que conste la fecha de nacimiento de los solicitantes.

Salvo en los casos en que se indique expresamente, el abono de las cuotas de inscripción se realizará en metálico y en el momento de realizar la inscripción.

Los usuarios de las actividades incluidas en este programa aceptan en todos sus términos las condiciones reflejadas en el mismo.

Cada usuario se debe inscribir, de manera obligatoria, en la opción que le corresponde por su edad.

ACTIVIDADES DEPORTIVAS 08/09

entra en
acción

Avda. Cesáreo Alierta, 120 - 50013 Zaragoza
Tel. 976 723 838 - Fax 976 723 823
www.zaragozadeporte.com

OTROS PROGRAMAS Y ACTIVIDADES:



Tenis, Pádel,
Iniciación al
Bádminton.



Campaña Natación,
Entrenamiento de
Natación,
Hockey Patines,
Patinaje Artístico,
Patinaje Velocidad,
Orientación en los
parques.



Natación en Invierno,
Natación Terapéutica,
Gimnasia Acuática,
Acuaeróbic,
Hidrospinning.



Actividad física para
adultos, Actividad
física para mayores
de 65 años,
Gerontogimnasia,
Aeróbic joven,
Aeróbic de bajo
impacto, Tai-chi.

Para más información específica de estos programas puede llamar al teléfono 976 723 838 o consultar nuestra página web www.zaragozadeporte.com