



AREA DE DEPORTES
EXCMO. AYUNTAMIENTO DE MANZANARES

ESCUELAS
DEPORTIVAS

NIÑOS,
ADULTOS y
2ª JUVENTUD

PISCINA
CLIMATIZADA

ACTIVIDADES
DEPORTIVAS

2025
2026

MANZANARES



Clínicas Badaraco
ODONTOLOGÍA ESPECIALIZADA

15% DESCUENTO
EN ORTODONCIA

*PRESENTANDO EL
RECORTE DE ESTA HOJA
EN NUESTRA CLÍNICA*

VISITA NUESTRA CLÍNICA
En calle Pérez Galdós 42, Local 1, Manzanares

CONTÁCTANOS
926 62 04 32 / 693 4157 80




SALUDA CONCEJALÍA de DEPORTES	5
INFORMACIÓN GENERAL	6
ACTIVIDADES TEMPORADA 2025/26	8
• Escuelas Deportivas Niñ@s	9
• Escuelas Deportivas Adultos	13
• Escuelas Deportivas 2ª Juventud	15
PISCINA CLIMATIZADA	17
• Cursos	18
• Abonos	22
ORDENANZAS y PRECIO PÚBLICO	23



DECÁLOGO del DEPORTISTA

JUGADORES

1. **Trabaja** para formarte como persona por medio del deporte
2. **Esfuézate** en el entrenamiento, y no sólo en el partido
3. **Cumple** las reglas, ya que te darán sentido y claridad en el juego
4. **Respeta** al contrario, no es un enemigo, es un compañero de juego
5. **Lucha** por el equipo, no por ti
6. Apuesta por el **Juego Limpio**
7. **Compórtate** correctamente en la victoria y en la derrota
8. **Saluda** a los contrarios y árbitros al finalizar el partido
9. **Piensa** antes de actuar, para no tener que arrepentirte después
10. **Disfruta** con el deporte y no pienses sólo en el resultado

ENTRENADORES

1. **Sirve de ejemplo** para tus deportistas, transmite valores positivos
2. **Fórmate y planifica** tus sesiones de entrenamiento
3. **Conoce, respeta y enseña** las reglas del juego
4. **Trata** a todos tus deportistas por igual
5. **Premia** el esfuerzo, **erradica** la humillación, **corrige** con educación y **apoya** al desanimado; tú eres el ejemplo a seguir
6. **Relativiza** el valor de la victoria y el de la derrota
7. **Asume** tu error y no se lo traslades a otros: padres, árbitros, jugadores, organización
8. **Marca** las normas de conducta para niños y padres al principio del curso
9. **Respeta** al árbitro y al equipo contrario
10. **Conciénciate** de que estás entrenando a escolares y no a deportistas profesionales

PADRES

1. **Anima** a todo el equipo, no sólo a tu hijo
2. **Respeta** a los seguidores del equipo adversario
3. **No insultes** ni regañes a nadie, ni a los tuyos ni a los contrarios
4. Permite a los jugadores disfrutar libremente, **no los presiones**
5. **Fomenta** el deporte como diversión y no como competición
6. **Quita importancia** al resultado, lo principal es divertirse
7. **Sé un ejemplo** para tu hijo, también en las instalaciones deportivas
8. **Respeta** al árbitro y acepta sus decisiones
9. **Rechaza** cualquier tipo de violencia de deportistas, técnicos o seguidores
10. Esfuéstrate por fomentar el **Juego Limpio**

AFICIONADOS

1. **Los niños juegan para divertirse**, no para entretener al público
2. **Aplaudes** los esfuerzos y las buenas actuaciones de todos los participantes
3. **Haz comentarios positivos**, regañar e insultar no soluciona nada
4. **Muestra respeto** por todos los participantes de la actividad
5. Da la **libertad a los deportistas** para que tomen sus propias decisiones
6. **Promueve el respeto** hacia las decisiones arbitrales y el **Juego Limpio**
7. **Evita** cualquier comportamiento incorrecto e incívico
8. Al terminar la actividad, **valora lo realmente importante**, la mejora personal y colectiva, y no el resultado obtenido
9. **Rechaza** cualquier tipo de violencia, física o verbal
10. **Fomenta** en todo momento el uso de estas normas entre el resto

SALUDA Concejalía de Deportes

Laura Carrillo | Concejala de Deportes

Me es grato dirigirme a ustedes para presentarles un año más el Programa de Actividades Deportivas para el curso 2025/2026.

Unas páginas que reflejan a la perfección la importancia que desde este Equipo de Gobierno le damos a la práctica deportiva de cualquier disciplina y a cualquier edad, y es por ello que **nos volcamos en poner a disposición de todas y todos** multitud de grupos y horarios que puedan dar respuesta a los intereses y necesidades de toda la ciudadanía.

Tenemos también la suerte de **contar con unas instalaciones deportivas envidiables**, y en nuestro afán por mejorar y mantenernos como una referencia regional en el Deporte, no dudamos en seguir invirtiendo recursos para mantenerlas a la altura digna de nuestro nombre. En ellas albergamos todas nuestras actividades, así como las de los más de 20 clubes deportivos que tenemos en nuestra ciudad. De igual modo, estamos colaborando con otras Instituciones y organizando eventos de otros ámbitos, de muy alto nivel, alcanzando hitos históricos como la celebración del **Campeonato de España de Tiro con Arco "Arco y Salud"**, el pasado mes de Febrero en el Manzanares Arena, o el primer **Torneo Internacional de Selecciones Femeninas Absolutas de Balonmano "Ciudad de Manzanares"**, que también tuvo lugar en el Manzanares Arena en el mes de Marzo, y que congregó en nuestra ciudad a las mujeres de más alto nivel en el Balonmano de España, Argentina y Austria. La Federación de Baloncesto de CLM también ha puesto sus ojos en Manzanares, y ha celebrado aquí la primera prueba de su primera competición de baloncesto 3x3 de CLM para jóvenes. Y en el mes de Junio se celebrará aquí también el **XXVI Congreso Nacional de Entrenadores de Fútbol Sala**.

Las instalaciones municipales también son habitualmente utilizadas por los centros educativos de nuestra ciudad, principalmente de secundaria, así como para albergar las diferentes clases y prácticas de los Grados Superiores relacionados con la actividad física y el deporte que se imparten aquí.

Quiero aprovechar también para agradecer enormemente a todas las personas que componen los Clubes Deportivos de Manzanares, por volcarse día a día, y de manera altruista, para colaborar en la organización de todos estos eventos, así como de múltiples actividades, campus, jornadas de tecnificación, encuentros, y trabajar con nosotros para llevar las Escuelas Deportivas para el disfrute de toda la sociedad. **Gracias por ir de la mano con el Gobierno de Manzanares, para dinamizar la vida deportiva de nuestra ciudad y para nuestra gente.**

Gracias de corazón a todo el voluntariado que presta su tiempo y energía también para la organización de eventos tan importantes como la Carrera 10K, o las MiniOlimpiadas Escolares.

Entre todas y todos estamos construyendo un Manzanares mejor, generando recursos y servicios para dar calidad de vida a toda la ciudadanía. Ojalá consigamos que más manzanareños y manzanareñas se animen a practicar deporte y que así ganen salud y una vida rica en diversión y valores, que en definitiva, son algunas de las muchas cosas valiosas que nos aporta el deporte.

INFORMACIÓN GENERAL

ÁREA DE DEPORTES

C/ Pérez Galdós • Teléfono: 926 62 07 28

email: deportes@manzanares.es • web: www.deportes.manzanares.es

facebook: [Área de Deportes Manzanares](https://www.facebook.com/AreaDeDeportesManzanares)

INSTALACIONES DEPORTIVAS MUNICIPALES

► POLIDEPORTIVO MUNICIPAL

Polígono Industrial, s/n • Teléfono: 696 97 01 30

HORARIO INVIERNO:

Lunes a Sábado: de 09:00 a 14:00 horas y de 16:00 a 22:00 horas

Domingos: de 09:00 a 14:00 horas

HORARIO VERANO:

Lunes a Domingo: de 08:00 a 12:00 horas y de 18:00 a 22:00 horas

4 Pistas de Tenis - 4 Pistas Polideportivas (2 cubiertas) - 3 Pistas Baloncesto

2 Campos de Fútbol de Hierba Artificial - 1 Campo de Fútbol de Tierra

► PISCINAS DE VERANO

Polígono Industrial, s/n • Teléfono: 689 91 51 80

HORARIO: Lunes a Domingo: de 12:00 horas a 20:30 horas

► PABELLÓN MANZANARES ARENA

Circunvalación N-430 • Teléfono: 683 48 36 27

► PABELLÓN ANTONIO CABA

C/ Maestro Villatoro, s/n • Teléfono: 616 41 27 86

► PABELLÓN NUEVO MANZANARES

C/ Duque de Ahumada, s/n • Teléfono: 690 65 89 79

► PISTAS DE PÁDEL

Circunvalación N-430 (frente piscina cubierta) • Teléfono: 690 65 89 79

HORARIO INVIERNO:

Lunes a Sábado: de 09:00 a 14:00 horas y de 16:00 a 22:00 horas

Domingos: de 09:00 a 14:00 horas

HORARIO VERANO:

Lunes a Sábado: de 08:00 a 12:00 horas y de 18:00 a 22:00 horas

Domingos: de 08:00 a 12:00 horas

► PISTAS DE ATLETISMO

Carretera N-430 (frente piscina cubierta) • Teléfono: 690 65 89 79

HORARIO: Mismo horario que las pistas de pádel

INFORMACIÓN GENERAL

► FRONTÓN

C/ Maestro Villatoro, s/n • Teléfono: 616 41 27 86

HORARIO INVIERNO:

Lunes a Viernes: de 16:00 a 22:00 horas

Sábados: de 10:00 a 14:00 horas y de 16:00 a 22:00 horas

Domingos: de 10:00 a 14:00 horas

HORARIO VERANO:

Lunes a Viernes: de 18:00 a 22:00 horas

Sábados: de 08:00 a 12:00 horas y de 18:00 a 22:00 horas

Domingos: de 08:00 a 12:00 horas

► PISCINA CLIMATIZADA

Carretera N-430 (frente a pista de atletismo) • Teléfono y Fax: 926 62 00 68

PERÍODO DE APERTURA: de Septiembre a Junio

HORARIO:

Lunes a Viernes: de 09:00 a 22:30 horas

Sábados: de 10:00 a 14:30 horas y de 16:00 a 20:00 horas

Domingos y Festivos: de 10:00 a 14:00 horas

Todas las instalaciones deportivas **permanecerán cerradas** los siguientes días:

24, 25 y 31 de Diciembre; 1 y 6 de Enero; Jueves y Viernes Santo y 14 de Septiembre.

Las tardes del 5 de Enero, así como las del Lunes y Martes de Carnaval.

ALQUILER DE INSTALACIONES

Las instalaciones se podrán alquilar con 24 horas de antelación, llamando a los correspondientes teléfonos o el mismo día de juego en la propia instalación, o telefónicamente.

Si se alquila por internet (<https://manzanares.i2a.es/CronosWeb/Login>), el alquiler se podrá hacer con tres días de antelación. Para poder alquilar por internet, hay que estar registrado en la web del Área de Deportes: www.deportes.manzanares.es

EN SEPTIEMBRE

LLEGA

BONO DEPORTE



FAMILIAR	270€
INDIVIDUAL	140€
FAMILIAR ESPECIAL	140€
INDIVIDUAL ESPECIAL	70€

!!FRACCIONAMIENTO DE PAGO!!

Más información en el Área de Deportes. Teléfono: 926 62 07 28

ESCUELAS DEPORTIVAS 2025 2026

NIÑOS,
ADULTOS y
2ª JUVENTUD

PISCINA
CLIMATIZADA

Si eres usuario/a de CronosWeb,
podrás relacionarte con la administración del Área de Deportes vía internet

¿CÓMO OBTENGO LA CONTRASEÑA PARA PODER OPERAR POR INTERNET?

- Entrar en la página www.deportes.manzanares.es
- Pinchar en el icono "Alta de Usuarios Internet"
- Rellenar el formulario
- Tras 48 horas (una vez completado el formulario), podrás entrar en CronosWeb

ESCUELAS DEPORTIVAS NIÑ@S

ESCUELA DE BALONCESTO				
AÑOS DE NACIMIENTO	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
2017 / 2018	Pabellón ANTONIO CABA	M - J	M y J de 16:00 a 17:30	30
2014 / 2015 / 2016	Pabellón ANTONIO CABA	M - J	M y J de 16:00 a 17:30	40
2012 / 2013 MASC	Pabellón ANTONIO CABA	L - M - V	L de 17:00 a 18:00 M de 18:30 a 19:30 V de 16:00 a 17:00	25
2012 / 2013 FEM	Pabellón ANTONIO CABA	L - M - J	L de 17:00 a 18:00 M de 18:30 a 19:30 J de 18:30 a 19:30	25
2010 / 2011 MASC	Pabellón ANTONIO CABA	L - M - J	L de 17:00 a 18:00 M de 18:30 a 19:30 J de 17:30 a 18:30	25
2010 / 2011 FEM	Pabellón ANTONIO CABA	L - M - J	L de 17:00 a 18:00 M de 18:30 a 19:30 J de 18:30 a 19:30	25

ESCUELA DE BALONMANO				
AÑOS DE NACIMIENTO	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
2017 / 2018	Pabellón NUEVO MANZANARES	L - X	16:00 a 17:00	25
2014 / 2015 / 2016 MASC	Pabellón NUEVO MANZANARES	L - X - V	17:00 a 18:00	30
2014 / 2015 / 2016 FEM	Pabellón NUEVO MANZANARES	M - J - V	M y J de 17:00 a 18:00 V de 16:00 a 17:00	50
2012 / 2013 MASC	Pabellón NUEVO MANZANARES	L - X - V	L y X de 18:00 a 19:00 V de 17:00 a 18:00	30
2012 / 2013 FEM	Pabellón NUEVO MANZANARES	M - J - V	18:00 a 19:00	30
2010 / 2011 MASC	Pabellón NUEVO MANZANARES	L - X - V	L y X de 19:00 a 20:30 V de 18:00 a 19:30	30
2010 / 2011 FEM	Pabellón NUEVO MANZANARES	M - J - V	19:00 a 20:00	30

NOTA: Dependiendo del número de equipos que se puedan componer con los alumnos inscritos, algunos equipos y/o categorías, los viernes podrían entrenar en pista exterior.

ESCUELA DE JUDO*				
AÑOS DE NACIMIENTO	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
2015 / 2016 2017 / 2018 / 2019	PISTA DE ATLETISMO (Sala Judo)	M - S	M de 18:30 a 19:30 S de 16:30 a 17:30	20
2011 / 2012 / 2013 / 2014	PISTA DE ATLETISMO (Sala Judo)	M - S	M de 19:30 a 20:30 S de 16:30 a 17:30	20
2010	PISTA DE ATLETISMO (Sala Judo)	J - S	J de 19:00 a 20:30 S de 17:30 a 19:00	20

* Será obligatorio para todos los alumnos de la Escuela de Judo, sacar Licencia Federativa.

ESCUELAS DEPORTIVAS NIÑ@S



ESCUELA DE FÚTBOL

AÑOS DE NACIMIENTO	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
2017 / 2018	POLIDEPORTIVO MUNICIPAL	L - X	16:00 a 17:00	37
2015 / 2016	POLIDEPORTIVO MUNICIPAL	L - X - V	17:00 a 18:00	40
2014	POLIDEPORTIVO MUNICIPAL	L - X	18:00 a 19:30	21
2012 / 2013	POLIDEPORTIVO MUNICIPAL	M - J	16:30 a 18:00	15
2010 / 2011	POLIDEPORTIVO MUNICIPAL	M - J	18:00 a 19:30	24



ESCUELA DE FÚTBOL SALA

AÑOS DE NACIMIENTO	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
2017 / 2018	Pabellón ANTONIO CABA y MANZANARES ARENA	L - M - X - J	15:30 a 16:30	32
2014 / 2015 / 2016	Pabellón ANTONIO CABA y MANZANARES ARENA	X - V	X de 16:30 a 18:00 V de 17:00 a 18:30	47
2012 / 2013	Pabellón ANTONIO CABA y MANZANARES ARENA	L - X	L de 16:00 a 17:00 X de 18:00 a 19:30	22
2010 / 2011 FEM	Pabellón ANTONIO CABA y MANZANARES ARENA	M - V	M de 16:30 a 18:00 V de 15:30 a 17:00	20
2012 / 2013 INFANTIL REGIONAL	Pabellón ANTONIO CABA y MANZANARES ARENA	L - J	16:30 a 18:00	-
2010 / 2011 CADETE REGIONAL	Pabellón ANTONIO CABA y MANZANARES ARENA	L - J	18:00 a 19:30	-
2010 / 2011 MASC	Pabellón ANTONIO CABA y MANZANARES ARENA	M - V	18:30 a 20:00	11



ESCUELA DE TENIS MESA

AÑOS DE NACIMIENTO	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
2014 / 2015 / 2016	FRONTÓN MUNICIPAL	S	12:00 a 13:30	8
2012 / 2013	FRONTÓN MUNICIPAL	S	10:30 a 12:00	8
2010 / 2011	FRONTÓN MUNICIPAL	S	09:00 a 10:30	8



ESCUELA DE ATLETISMO

AÑOS DE NACIMIENTO	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
2017 / 2018	PISTA DE ATLETISMO	L - X	17:00 a 18:00	20
2015 / 2016	PISTA DE ATLETISMO	L - X - V	18:00 a 19:00	20
2013 / 2014	PISTA DE ATLETISMO	L - X - V	18:00 a 19:15	20
2011 / 2012	PISTA DE ATLETISMO	L - X - V	18:00 a 19:30	20
2009 / 2010	PISTA DE ATLETISMO	L - X - V	18:00 a 19:30	20



ESCUELA DE TRIATLON

AÑOS DE NACIMIENTO	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
Del 2010 al 2016	PISTA DE ATLETISMO y PISCINA CUBIERTA	L - V - S	L: 16:00 a 17:00 Natación V: 19:00 a 20:00 Atletismo S: 11:00 a 12:00 BTT	20

ESCUELAS DEPORTIVAS NIÑ@S



ESCUELA DE TENIS

AÑOS DE NACIMIENTO	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
2016 / 2017 / 2018	POLIDEPORTIVO MUNICIPAL (Pistas de Tenis)	V	16:30 a 18:00	20
2014 / 2015	POLIDEPORTIVO MUNICIPAL (Pistas de Tenis)	V	18:00 a 19:30	20
2012 / 2013	POLIDEPORTIVO MUNICIPAL (Pistas de Tenis)	L - X	16:00 a 17:30	10
2010 / 2011	POLIDEPORTIVO MUNICIPAL (Pistas de Tenis)	L - X	17:30 a 19:00	10
JUNIOR	POLIDEPORTIVO MUNICIPAL (Pistas de Tenis)	X - V	X: 19:00 a 20:00 V: 19:30 a 20:30	10



ESCUELA DE PREDEPORTIVA

AÑOS DE NACIMIENTO	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
2019 / 2020	Pabellón NUEVO MANZANARES	M - J	16:00 a 17:00	30



ESCUELA DE GIMNASIA RÍTMICA

AÑOS DE NACIMIENTO	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
2018 / 2019 / 2020	FRONTÓN MUNICIPAL	M	16:00 a 17:30	20
2015 / 2016 / 2017	FRONTÓN MUNICIPAL	M	17:30 a 19:00	20
ALUMNAS TEMP. 2024 / 2025	FRONTÓN MUNICIPAL	J	16:00 a 17:30	30



ESCUELA DE VOLEY

AÑOS DE NACIMIENTO	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
2010 / 2011	Pabellón ANTONIO CABA	L - X	19:00 a 20:30	7
2012 / 2013	Pabellón ANTONIO CABA	L - X	19:00 a 20:30	12
2014 / 2015	Pabellón ANTONIO CABA	L - X	18:00 a 19:00	12



ESCUELA DE NATACIÓN*

AÑOS DE NACIMIENTO	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
2010 / 2011 / 2012	PISCINA CLIMATIZADA	L - M - V	19:00 a 20:00	17
2013 / 2014	PISCINA CLIMATIZADA	L - M - V	18:00 a 19:00	14
2015 / 2016	PISCINA CLIMATIZADA	M - V	17:00 a 18:00	11
2017 / 2018 / 2019	PISCINA CLIMATIZADA	M - V	16:00 a 17:00	17

* Será obligatorio participar en 4 pruebas del Campeonato Regional de Deportes en Edad Escolar.

NOTA: La prueba de acceso a la **Escuela de Natación** se hará el día **20 de septiembre, a las 11:00 horas** en la Piscina Cubierta.

IMPORTANTE: Será obligatorio asistir al 80% de las sesiones, contabilizando éstas de forma mensual. Para no contabilizar las faltas de asistencia se deberán justificar debidamente. Si no se cumple este requisito, no se podrá continuar en la Escuela de Natación, perdiendo la plaza correspondiente y el derecho a la devolución de la cuota de inscripción.

ESCUELAS DEPORTIVAS NIÑ@S

NORMAS DE INSCRIPCIÓN:

Para matricularse en las Escuelas Deportivas Municipales será imprescindible estar empadronado en Manzanares. En caso de no cubrirse las plazas, se admitirán alumnos no empadronados.

Las inscripciones para las Escuelas Deportivas serán:

ESCUELA	PREINSCRIPCIONES	SORTEO	PAGO DE CLASES	COMIENZO DE LA ESCUELA
FÚTBOL	Del 15 al 30 de Junio	1 de Julio	Del 2 al 14 de Julio	1 de Octubre
FÚTBOL SALA	Del 15 al 30 de Junio	1 de Julio	Del 2 al 14 de Julio	Infantiles y Cadetes: 15 de Septbre Resto Categorías: 1 de Octubre
PREDEPORTIVA	Del 15 al 30 de Junio	1 de Julio	Del 2 al 14 de Julio	1 de Octubre
GIMNASIA RÍTMICA	Del 15 al 30 de Junio	1 de Julio	Del 2 al 14 de Julio	1 de Octubre

* Las Preinscripciones y el Pago de Clases se deberá hacer POR INTERNET, en la página de CronosWeb. Para ello deberá obtener la contraseña como se indica en la página 8 de este programa.

Una vez en CronosWeb, **pinchar** en Lista de Preinscripciones” y elegir la lista y clase de preinscripción. El pago deberá hacerse en la misma página, **pinchando** en “Pago Clases”

MATRÍCULAS RESTO DE ESCUELAS

ESCUELA	PAGO DE MATRÍCULA	COMIENZO DE LA ESCUELA
TENIS DE MESA	Del 15 de Julio al 14 de Septiembre	1 de Octubre
ATLETISMO	Del 15 de Julio al 14 de Septiembre	1 de Octubre
BALONCESTO	Del 15 de Julio al 14 de Septiembre	1 de Octubre
TRIATLON	Del 15 de Julio al 14 de Septiembre	1 de Octubre
TENIS	Del 15 de Julio al 14 de Septiembre	1 de Octubre
GIMNASIA RÍTMICA	Del 15 de Julio al 14 de Septiembre	1 de Octubre
JUDO	Del 15 de Julio al 14 de Septiembre	1 de Octubre
VOLEIBOL	Del 15 de Julio al 14 de Septiembre	1 de Octubre
BALONMANO	Del 15 de Julio al 14 de Septiembre	Infantiles y Cadetes: 15 de Septiembre Resto Categorías: 1 de Octubre

El pago de clases (35 € con seguro incluido) se deberá realizar preferentemente por internet, para ello deberá tener la contraseña para operar en CronosWeb (ver como obtener la contraseña en la página 8 de este programa) Una vez dentro de CronosWeb pinchando en el icono “ALTA EN ESCUELAS”, podrá realizarse la matrícula.

Los alumnos de las Escuelas Deportivas de Fútbol, Fútbol Sala, Natación, Predeportiva y Voleibol que hicieron la preinscripción en el mes de abril, deberán pagar la matrícula (35 € con seguro deportivo) **del 1 al 13 de junio**.

La matrícula se podrá pagar en CronosWeb pinchando en el icono “PAGO DE CLASES”. También se podrá hacer presencialmente en el Área de Deportes.

El hecho de no pagar la matrícula supondrá la baja de la Escuela correspondiente.

Los aspirantes a ingresar en la Escuela de Natación, deberán preinscribirse del **1 de julio al 14 de septiembre**, en la web deportes.manzanares.es, CronosWeb y pinchando en el icono “ALTA EN LISTA DE PREINSCRIPCIÓN”. También se podrá hacer presencialmente en el Área de Deportes.

Una vez iniciada la actividad, no se devolverá la cuota de inscripción ni el importe del seguro.

La inscripción en las Escuelas Deportivas, una vez empezadas éstas, no supondrá una reducción de la cuota de inscripción.

Los pagos en el Área de Deportes se deberán hacer con tarjeta bancaria. También, se podrán hacer los ingresos de la cuota en la c/c de GLOBALCAJA ES19 3190 2026 7960 2282 7726.

ESCUELAS DEPORTIVAS ADULTOS



ESCUELA DE PADEL Adultos (de OCTUBRE a MAYO)

GRUPO / NIVEL	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
PERFECCIONAMIENTO HOMBRES	TEAM PADEL	L - X	10:00 a 11:00	1
PERFECCIONAMIENTO MUJERES	TEAM PADEL	L - X	11:00 a 12:00	1
PERFECCIONAMIENTO HOMBRES	TEAM PADEL	L - X	12:00 a 13:00	3
MEDIO I MUJERES	TEAM PADEL	M - J	10:00 a 11:00	1
PERFECCIONAMIENTO MUJERES	TEAM PADEL	M - J	11:00 a 12:00	1
PERFECCIONAMIENTO MUJERES	TEAM PADEL	M - J	12:00 a 13:00	1
MEDIO I HOMBRES	LA SEDE	L - X	16:00 a 17:00	2
PERFECCIONAMIENTO HOMBRES	LA SEDE	L - X	20:00 a 21:00	1
PERFECCIONAMIENTO MUJERES	LA SEDE	M - J	16:00 a 17:00	1
PERFECCIONAMIENTO MUJERES	LA SEDE	M - J	18:00 a 19:00	1
PERFECCIONAMIENTO MUJERES	LA SEDE	X - V	12:00 a 13:00	4
INICIO MUJERES	PISTA DE ATLETISMO	L - X	16:00 a 17:00	1
MEDIO II HOMBRES	PISTA DE ATLETISMO	L - X	17:00 a 18:00	1
PERFECCIONAMIENTO MUJERES	PISTA DE ATLETISMO	L - X	19:00 a 20:00	1
PERFECCIONAMIENTO HOMBRES	PISTA DE ATLETISMO	L - X	20:00 a 21:00	3

NOTA.- Sólo se podrá inscribirse en un solo nivel.



ESCUELA DE TENIS Adultos (de OCTUBRE a MAYO)

GRUPO / NIVEL	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
MEDIO HOMBRES	PISTAS POLIDEPORTIVO	L - X	20:00 a 21:00	2
PERFECCIONAMIENTO MUJERES	PISTAS POLIDEPORTIVO	M - J	18:00 a 19:00	2
MEDIO MUJERES	PISTAS POLIDEPORTIVO	M - J	19:00 a 20:00	3
MEDIO HOMBRES	PISTAS POLIDEPORTIVO	M - J	20:00 a 21:00	2
PERFECCIONAMIENTO MUJERES	PISTAS POLIDEPORTIVO	M - J	10:00 a 11:00	3
PERFECCIONAMIENTO MUJERES	PISTAS POLIDEPORTIVO	M - J	11:00 a 12:00	3



CICLO INDOOR (de OCTUBRE a MAYO)

GRUPO / NIVEL	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
CICLO INDOOR	FRONTÓN MUNICIPAL	L - X	09:00 a 10:00	12
CICLO INDOOR	FRONTÓN MUNICIPAL	L - X	11:00 a 12:00	12
CICLO INDOOR	FRONTÓN MUNICIPAL	L - X	17:15 a 18:15	12
CICLO INDOOR	FRONTÓN MUNICIPAL	L - X	18:15 a 19:15	12
CICLO INDOOR	FRONTÓN MUNICIPAL	L - X	19:15 a 20:15	12
CICLO INDOOR	FRONTÓN MUNICIPAL	L - X	20:15 a 21:15	12

ESCUELAS DEPORTIVAS ADULTOS

AEROBIC y MANTENIMIENTO FÍSICO Adultos (de OCTUBRE a MAYO)

GRUPO / NIVEL	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
MANTENIMIENTO FÍSICO	PABELLÓN ANTONIO CABA	M - J	10:00 a 11:00	25
AEROBIC	PABELLÓN ANTONIO CABA	L - X	10:00 a 11:00	25
SUMBA	INSTITUTO AZUER	M - J	19:30 a 20:30	20



ESCUELA DE TRIATLON (de OCTUBRE a MAYO)

AÑOS DE NACIMIENTO	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
INICIACIÓN y PERFECCIONAMIENTO	PISTA DE ATLETISMO y PISCINA CUBIERTA	X - V - S	X: 20:00 a 21:00 Atletismo V: 20:00 a 21:00 Natación S: 10:00 a 11:00 BTT	10



PILATES (de OCTUBRE a MAYO)

GRUPO / NIVEL	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
PILATES	COLEGIO ALTAGRACIA	L - X	17:15 a 18:15	25
PILATES	COLEGIO ALTAGRACIA	L - X	18:15 a 19:15	25
PILATES	COLEGIO ALTAGRACIA	L - X	19:15 a 20:15	25
PILATES	COLEGIO ALTAGRACIA	L - X	20:15 a 21:15	25
PILATES	PABELLÓN ANTONIO CABA	M - J	11:00 a 12:00	30
PILATES	PABELLÓN ANTONIO CABA	M - J	12:00 a 13:00	30
PILATES	COLEGIO ALTAGRACIA	M - J	17:15 a 18:15	25
PILATES	COLEGIO ALTAGRACIA	M - J	18:15 a 19:15	25
PILATES	COLEGIO ALTAGRACIA	M - J	19:15 a 20:15	25
PILATES	COLEGIO ALTAGRACIA	M - J	20:15 a 21:15	25



AUTODEFENSA (de OCTUBRE a MAYO)

GRUPO / NIVEL	INSTALACIÓN	DÍAS	HORA
AUTODEFENSA	PISTA DE ATLETISMO (Sala Judo)	SÁBADOS	17:30 a 19:00

Este curso será gestionado por el **Club de Judo Manzanares**. Información en: judomanzanares@gmail.com y *Cartelería Específica*

ESCUELAS DEPORTIVAS 2ª JUVENTUD

ACTIVIDADES 2ª JUVENTUD (de OCTUBRE a MAYO)

GRUPO / NIVEL	INSTALACIÓN *	DÍAS	HORA	PLAZAS OFERTADAS
MANTENIMIENTO FÍSICO	Centro Cívico DIVINA PASTORA	L - X	09:00 a 10:00	20
MANTENIMIENTO FÍSICO	Centro Cívico DIVINA PASTORA	L - X	10:00 a 11:00	20
MANTENIMIENTO FÍSICO	Centro Cívico DIVINA PASTORA	L - X	11:00 a 12:00	20
MANTENIMIENTO FÍSICO	Centro Cívico DIVINA PASTORA	L - X	12:00 a 13:00	20
MANTENIMIENTO FÍSICO	Centro Cívico DIVINA PASTORA	L - X	16:00 a 17:00	20
BAILES EN LÍNEA	CENTRO DE MAYORES	M - J	10:00 a 10:45	20
BAILES EN LÍNEA	CENTRO DE MAYORES	M - J	10:45 a 11:30	20
BAILES EN LÍNEA	CENTRO DE MAYORES	M - J	11:30 a 12:15	20
AEROBIC	CENTRO DE MAYORES	M - J	12:15 a 13:00	20
PILATES	CENTRO DE MAYORES	M - J	17:15 a 18:15	20
PILATES	CENTRO DE MAYORES	M - J	18:15 a 19:15	20

PRECIO ACTIVIDADES ADULTOS y 2ª JUVENTUD

ACTIVIDAD	PRECIO
TENIS	15 € / Mes (Domiciliación)
PADEL	15 € / Mes (Domiciliación)
AEROBIC	45 € / Curso
MANTENIMIENTO ADULTOS	45 € / Curso
MANTENIMIENTO 2ª JUVENTUD (Mayores de 65 años)	25 € / Curso
INICIACIÓN AL RUNNING	45 € / Curso
PILATES	45 € / Curso
SUMBA	45 € / Curso
CICLO INDOOR	45 € / Curso

NOTA: En los cursos que no se oferten plazas, se abrirán listas de espera.

El precio de los cursos incluye el seguro deportivo (5 €)

LA CUOTA PARA LOS **MAYORES DE 65 AÑOS** es de **25 Euros**

ESCUELAS DEPORTIVAS ADULTOS

NORMAS DE INSCRIPCIÓN:

Para matricularse en las Escuelas Deportivas Municipales de Adultos y 2ª Juventud, será imprescindible estar empadronado en Manzanares. En caso de no cubrirse las plazas, se admitirán no empadronados.

PREINSCRIPCIONES PARA LAS ESCUELAS DEPORTIVAS DE ADULTOS:

Para **OBTENER PLAZA** para las Escuelas de **MANTENIMIENTO 2ª JUVENTUD**, **PILATES 2ª JUVENTUD**, **BAILES EN LÍNEA 2ª JUVENTUD**, **AEROBIC 2ª JUVENTUD**, **PILATES ADULTOS**, **CICLO INDOOR ADULTOS**, **TENIS** y **PADEL ADULTOS**, la **PREINSCRIPCIÓN** se podrá hacer on-line o presencialmente en el Área de Deportes. Las preinscripciones de las actividades que se imparten en el Centro de Mayores, se harán en este Centro. **El pago de la matrícula**, en el Área de Deportes, con tarjeta de crédito.

ESCUELA	PREINSCRIPCIÓN	SORTEO	PAGO DE CLASES	COMIENZO ESCUELA
MANTENIMIENTO 2ª JUVENTUD	Del 1 al 31 de Julio	1 de Agosto	Del 3 al 19 de Agosto	1 Octubre (Divina Pastora)
BAILES EN LÍNEA 2ª JUVENTUD	Del 1 al 31 de Julio	1 de Agosto	Del 3 al 19 de Agosto	2 Octubre (Centro de Mayores)
PILATES 2ª JUVENTUD	Del 1 al 31 de Julio	1 de Agosto	Del 3 al 19 de Agosto	2 Octubre (Centro de Mayores)
AEROBIC 2ª JUVENTUD	Del 1 al 31 de Julio	1 de Agosto	Del 3 al 19 de Agosto	2 Octubre (Centro de Mayores)
PILATES ADULTOS	Del 1 al 31 de Julio	1 de Agosto	Del 3 al 19 de Agosto	1 Octubre (Pabellón Antonio Caba y Colegio Altagracia)
CICLO INDOOR ADULTOS	Del 1 al 31 de Julio	1 de Agosto	Del 3 al 19 de Agosto	1 Octubre (Frontón Municipal)
TENIS ADULTOS	Del 1 al 31 de Julio	1 de Agosto	Del 3 al 19 de Agosto	1 Octubre (Pistas de Tenis Municipales)
PADEL ADULTOS	Del 1 al 31 de Julio	1 de Agosto	Del 3 al 19 de Agosto	1 Octubre (Pistas de Atletismo, Team Padel y La Sede)

Para hacerla on-line es preciso tener la contraseña para operar en CronosWeb (ver cómo obtenerla en la página 8 de este programa) Una vez que se tiene la contraseña, se procederá de la siguiente forma:

- Entro en la página www.deportes.manzanares.es
- Pincho en el icono "CronosWeb"
- Accedo con Identificación
- Pongo el DNI como Identificador y la contraseña elegida para operar en CronosWeb
- Pincho en "Alta en Lista de Preinscripción"
- Pincho en la Lista de Preinscripción en la que quiera matricularme
- Pincho "añadir", y elijo por orden de preferencia un máximo de cuatro clases

La **PREINSCRIPCIÓN** se podrá hacer **del 1 al 31 de Julio**. El **SORTEO DE PLAZAS** será el **1 de Agosto** y el **PERÍODO DE PAGO** se hará **del 3 al 19 de Agosto**.

Para **PAGAR LA CUOTA DE CLASES**, se podrá hacer por internet (si se es usuario de CronosWeb) pinchando en el icono de "PAGO DE CLASES" y siguiendo las instrucciones. También se podrá hacer el pago en las oficinas del Área de Deportes con tarjeta bancaria.

En caso de no pagar la cuota en el plazo previsto, se perderá la plaza y se tendrá la condición de no matriculado.

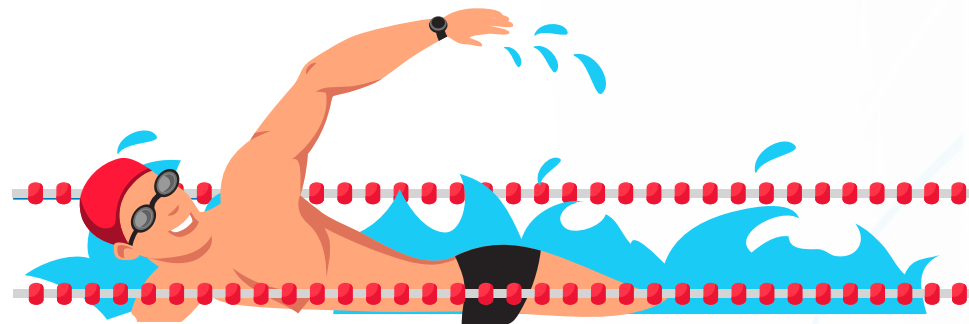
ESCUELAS DEPORTIVAS ADULTOS

Los admitidos en **PADEL** y **TENIS**, no tendrán que pagar la clase y en el período de pago tendrán que aportar el número de cuenta corriente en el Área de Deportes.

ESCUELA	PAGO DE MATRÍCULA	COMIENZO ESCUELA
MANTENIMIENTO ADULTOS	Del 1 de Julio al 28 de Septiembre	2 de Octubre (Pabellón Antonio Caba)
AEROBIC	Del 1 de Julio al 28 de Septiembre	2 de Octubre (Pabellón Antonio Caba)
ZUMBA	Del 1 de Julio al 28 de Septiembre	2 de Octubre (Instituto Azuer)

Para matricularse en las anteriores clases, se hará **del 1 de Julio al 28 de Septiembre**, pudiéndose hacer en CronosWeb, pinchando en el icono de "ALTA EN CLASES" o en las oficinas del Área de Deportes con tarjeta bancaria.

UNA VEZ INICIADOS LOS CURSOS, NO SE DEVOLVERÁ LA CUOTA DE INSCRIPCIÓN, NI LA DEL SEGURO. LA INSCRIPCIÓN EN LAS ESCUELAS DEPORTIVAS EN CUALQUIER MES, NO SUPONDRÁ LA REDUCCIÓN DE LA CUOTA.



PISCINA CLIMATIZADA

OTOÑO

INVIERNO

PRIMAVERA

BEBÉS

NIÑOS

ADULTOS

PISCINA CLIMATIZADA

CURSOS DE NATACIÓN PISCINA CLIMATIZADA PROGRAMACIÓN DE CURSOS TEMPORADA 2025|2026

CURSO DE OTOÑO

FECHA CURSO	PREINSCRIPCIÓN	DÍA SORTEO	FECHAS MATRÍCULA
Del 6 de OCTUBRE al 18 de DICIEMBRE	Del 1 al 24 de AGOSTO	25 de AGOSTO	Del 1 al 15 de SEPTIEMBRE

CURSO DE INVIERNO

FECHA CURSO	PREINSCRIPCIÓN	DÍA SORTEO	FECHAS MATRÍCULA
Del 12 de ENERO al 26 de MARZO	Del 1 al 24 de NOVIEMBRE	25 de NOVIEMBRE	Del 1 al 15 de DICIEMBRE

CURSO DE PRIMAVERA

FECHA CURSO	PREINSCRIPCIÓN	DÍA SORTEO	FECHAS MATRÍCULA
Del 8 de ABRIL al 11 de JUNIO	Del 1 al 23 de FEBRERO	24 de FEBRERO	Del 1 al 15 de MARZO

-.PRECIO CURSOS (INCLUYE SEGURO DEPORTIVO).-

BEBÉS / NIÑOS: 45 Euros | **ADULTOS:** 55 Euros | **MAYORES 65 AÑOS:** 25 Euros

HORARIO DE CURSOS POR NIVELES PARA LOS TRES PERÍODOS



BEBÉS

NIVEL	DÍAS	HORA	PLAZAS
9 a 24 MESES	M - J	11:15 a 11:45	8
9 a 24 MESES	M - J	17:00 a 17:30	8
9 a 24 MESES	M - J	17:30 a 18:00	8
NIVEL	DÍAS	HORA	PLAZAS
24 MESES a 3 AÑOS	L - X	17:00 a 17:30	8
24 MESES a 3 AÑOS	L - X	17:30 a 18:00	8
24 MESES a 3 AÑOS	L - X	18:00 a 18:30	8
24 MESES a 3 AÑOS	L - X	18:30 a 19:00	8
24 MESES a 3 AÑOS	L - X	19:00 a 19:30	8

PISCINA CLIMATIZADA



HORARIO DE CURSOS POR NIVELES PARA LOS TRES PERÍODOS

NIÑOS

NIVEL	DÍAS	HORA	PLAZAS
INICIO *	L - X	16:10 a 17:00	16
INICIO *	M - J	16:10 a 17:00	8
INICIO *	M - J	18:00 a 18:50	16
INICIO *	M - J	19:00 a 19:50	16

* Con 4 AÑOS CUMPLIDOS al INICIO DEL CURSO.

NIVEL	DÍAS	HORA	PLAZAS
INICIO II	L - X	17:00 a 17:50	18
INICIO II	L - X	18:00 a 18:50	18
INICIO II	L - X	19:00 a 19:50	12



NIÑOS

NIVEL	DÍAS	HORA	PLAZAS
MEDIO	L - X	16:10 a 17:00	18
MEDIO	M - J	16:10 a 17:00	8
MEDIO	M - J	17:00 a 17:50	18

NIVEL	DÍAS	HORA	PLAZAS
PERFECCIONAMIENTO	L - X	19:00 a 19:50	10
PERFECCIONAMIENTO	M - J	18:00 a 18:50	10
PERFECCIONAMIENTO	M - J	19:00 a 19:50	10

NOTA: El seguro deportivo es obligatorio y tiene un coste de **5 Euros**, aunque podría variar mínimamente, dependiendo de la oferta de la Entidad Aseguradora a principio de temporada.

PISCINA CLIMATIZADA

HORARIO DE CURSOS POR NIVELES PARA LOS TRES PERÍODOS

ADULTOS

NIVEL	DÍAS	HORA	PLAZAS
INICIO	L - X	10:00 a 11:00	10
INICIO	M - J	20:00 a 20:50	8
NIVEL	DÍAS	HORA	PLAZAS
MEDIO	L - X	09:10 a 10:00	9
MEDIO	M - J	10:10 a 11:00	9
MEDIO	M - J	20:00 a 20:50	9
NIVEL	DÍAS	HORA	PLAZAS
ACUAEROBIC	L - X	11:10 a 12:00	14
ACUAEROBIC	L - X	20:00 a 20:50	14
AQUARUNNING	L - X	10:00 a 11:00	14
AQUARUNNING	M - J	21:00 a 21:50	14
GIMNASIA MANTENIMIENTO ACUÁTICA PERSONAS MAYORES	L - X	09:10 a 10:00	14
GIMNASIA MANTENIMIENTO ACUÁTICA PERSONAS MAYORES	L - X	12:10 a 13:00	14
GIMNASIA MANTENIMIENTO ACUÁTICA PERSONAS MAYORES	M - J	12:10 a 13:00	14
NIVEL	DÍAS	HORA	PLAZAS
INICIO II	L - X	09:10 a 10:00	8
INICIO II	L - X	10:10 a 11:00	8
INICIO II	L - X	20:00 a 20:50	8
INICIO II	M - J	21:00 a 21:50	8
NIVEL	DÍAS	HORA	PLAZAS
PERFECCIONAMIENTO	M - J	09:10 a 10:00	9
PERFECCIONAMIENTO	L - X	20:00 a 20:50	9
MASTER NATACIÓN	L - X	21:00 a 21:50	9
MASTER NATACIÓN	M - J	10:10 a 11:00	9
NIVEL	DÍAS	HORA	PLAZAS
TERAPÉUTICA 1	L - X	11:10 a 12:00	8
TERAPÉUTICA 1	L - X	21:00 a 21:50	8
TERAPÉUTICA 2	M - J	20:00 a 20:50	8
NIVEL	DÍAS	HORA	PLAZAS
EMBARAZADAS	L - X	12:00 a 12:50	6

* **NOTA:** El seguro deportivo es obligatorio y tiene un coste de 5 €, aunque podría variar mínimamente, dependiendo de la oferta de la Entidad Aseguradora a principio de temporada.

NORMAS GENERALES DE INSCRIPCIÓN PARA TODOS LOS CURSOS

A) FORMALIZACIÓN DE MATRÍCULA:

- Será imprescindible estar empadronado en Manzanares, con la excepción que no se cubran las plazas ofertadas.
- La preinscripción se podrá hacer:
 - 1) Vía on-line

En la página web deportes.manzanares.es, pinchando en el icono CronosWeb, acceso identificado (poner DNI y contraseña). Para obtener la contraseña, ver página 8 de este programa. Una vez en CronosWeb, pinchar el icono "alta en listas de preinscripción", pinchar en la lista que le interesa, pinchar en los cursos que quiere por orden de preferencia y seguir las instrucciones.

Transcurrido el periodo de preinscripción, se realizará el sorteo y se abrirá un periodo de pago de la clase. Para pagar la clase, en la misma página de CronosWeb, pinchando ahora en el icono "pago de clases".

2) Presencialmente en el Área de Deportes

Si no tiene carnet de acceso a la piscina, nos deberá facilitar una fotografía tamaño carnet. Los bebés que hagan su primer curso, deberán hacer la preinscripción presencialmente.

Desde el Área de Deportes recomendamos hacer lo trámites on-line, pues evitará colas y tiempos de espera. Estamos a su disposición para resolverle cualquier problema que tenga al realizar los trámites on-line. Nuestro teléfono es el 926 620 728 y el email: deportes@manzanares.es

ACTIVIDADES y NIVELES OFERTADOS

Los niños de 4 a 15 años y los adultos a partir de 16 años, tienen a su disposición los cursos de natación en CINCO NIVELES DIFERENTES según su habilidad en el agua, a partir del nivel de iniciación, como se explica a continuación:

- **Natación para EMBARAZADAS (IMPRESINDIBLE SABER NADAR):** En el embarazo, la actividad física es fundamental y muy beneficiosa. La natación ayuda a tolerar el embarazo, a estar mejor acondicionada para el momento del parto. Se recomienda iniciar el ejercicio después de los 3 meses de embarazo, hasta los 8 meses.
- **Natación para BEBÉS:** El agua es un instrumento de enriquecimiento básico para el niño desde los primeros meses de vida extrauterina. La natación para bebés es para ellos una experiencia afectiva, recreativa, placentera y estimulante.
- **Nivel Iniciación:** Niños y adultos que no saben nadar. Aprendizaje en la piscina pequeña.
- **Nivel Iniciación II:** Especialmente indicado para niños o adultos que han realizado un curso de iniciación, cumpliendo las siguientes condiciones: saber flotar y nadar, desplazarse una cierta distancia (entre 15 y 25 m) a estilo libre de forma más o menos coordinada, y saber mantenerse en la piscina profunda. Aprendizaje en la piscina profunda.
- **Nivel Medio:** Para personas que ya saben nadar, que son capaces de recorrer 25 metros en la piscina profunda, con una coordinación correcta de dos de los cuatro estilos de natación.
- **Nivel Perfeccionamiento:** Para personas que dominan tres estilos, con una técnica aceptable y son capaces de nadar 50 metros o más de forma continuada y coordinada.
- **Nivel Master:** Para nadadores consumados, o con al menos dos cursos de perfeccionamiento. A partir de 16 años.

ACTIVIDADES ACUÁTICAS como MEDIO PREVENTIVO y TERAPÉUTICO

- **GIMNASIA DE MANTENIMIENTO ACUÁTICA PARA PERSONAS MAYORES:** Indicado para todas aquellas personas que quieran practicar gimnasia de una manera fiable y sin impactos. Esto significa que el agua disminuye considerablemente la presión sobre las articulaciones en general, columna vertebral, cadera, etc.
- **NATACIÓN TERAPÉUTICA:** Si tienes molestias en la espalda, problemas cervicales... Mejora tu calidad de vida (Requisito imprescindible: saber nadar en la piscina grande)
GRUPOS: TERAPÉUTICA 1 (para personas que se apuntan por primera vez) y TERAPÉUTICA 2 (para personas que hayan realizado al menos dos cursos de Terapéutica 1)

FITNESS ACUÁTICO

Para seguir fomentando la actividad física acuática, disponemos de actividades enfocadas al fitness acuático, como son:

- **AQUAZUMBA, AQUAGYM, AQUAERÓBIC:** Si te gusta el ritmo, pasarlo bien y ponerte en forma, no lo dudes y animate a probar estas disciplinas acuáticas. Actividad en la piscina pequeña. Intensidad MEDIA. A partir de los 16 años.
- **AQUATRaining:** Trabajarás de manera alterna los diferentes músculos de tu cuerpo, sin impactos. Actividad en la piscina profunda y pequeña. Imprescindible saber nadar. Intensidad MEDIA-ALTA. A partir de los 16 años.
- **AQUARUNNING:** Entrenarás la carrera sin impactos para las articulaciones dentro del agua, con elementos de flotación y sin ellos. Actividad en la piscina profunda. Imprescindible saber nadar. Intensidad MEDIA-ALTA. A partir de los 16 años.

PISCINA CLIMATIZADA

PERÍODO DE APERTURA:

Del 1 de Septiembre de 2025 al 11 de Junio de 2026

MODALIDADES DE ABONO			
TIPO DE ABONO	PISCINA	GIMNASIO	PISCINA y GIMNASIO
TEMPORADA FAMILIAR	175 €		190 €
TEMPORADA INDIVIDUAL	90 €	60 €	100 €
TEMPORADA FAMILIAR ESPECIAL	90 €		95 €
TEMPORADA INDIVIDUAL ESPECIAL	45 €	35 €	50 €
TEMPORADA MENOR DE 15 AÑOS	60 €		
TRIMESTRAL FAMILIAR	70 €		90 €
TRIMESTRAL INDIVIDUAL	35 €	20 €	50 €
TRIMESTRAL FAMILIAR ESPECIAL	35 €		50 €
TRIMESTRAL INDIVIDUAL ESPECIAL	18 €	15 €	30 €
TRIMESTRAL MENOR DE 15 AÑOS	25 €		

Los abonos especiales van dirigidos a personas mayores de 65 años y personas con discapacidad que tengan reconocida esa condición en un porcentaje igual o superior al 60%.

Los abonos de temporada se podrán fraccionar en dos pagos, el 50% en el momento de realizar el abono y el resto al mes siguiente previa domiciliación del recibo.

FORMALIZACIÓN DE ABONOS:

- Se podrán abonar a la piscina y/o gimnasio todas las personas que lo soliciten.
- Rellenar en el Área de Deportes el impreso de solicitud de abonado.
- Abonar la cuota correspondiente haciendo el ingreso en el siguiente número de cuenta c/c ES19 3190 2026 7960 2282 7726 (GLOBALCAJA) y adjuntando el resguardo del ingreso con la hoja de solicitud. También se puede hacer el pago de la cuota en el Área de Deportes con tarjeta bancaria.
- Si es la primera vez que se abona, se deberán aportar fotografías carnet. En el caso de abonos familiares se deberán presentar fotografías de todos los miembros beneficiarios del abono.

ABONOS POR INTERNET:

Los abonos trimestrales de la piscina y/o gimnasio se podrán tramitar por internet, accediendo a la web del Area de Deportes (www.deportes.manzanares.es), y pinchando en "Cronosweb Tramites on line" para lo cual será necesario:

- Haber estado alguna vez abonado a la piscina o gimnasio y tener el carnet de abonado
- Estar registrado para poder operar por internet

Para registrarse y poder operar por internet hay que pasar a la Web del Area de Deportes, pinchar en "Alta de Usuarios Internet", rellenar el formulario y en el plazo de 48 horas podrá operar por internet con su contraseña.

ORDENANZAS y PRECIO PÚBLICO



POR UTILIZACIÓN de INSTALACIONES DEPORTIVAS

PRECIO PÚBLICO POR UTILIZACIÓN DE INSTALACIONES DEPORTIVAS

Epígrafe 1. Utilización de la PISCINA AL AIRE LIBRE

ENTRADAS INDIVIDUALES

Adultos	2 €
Niños (entre 4 y 12 años)	1 €
Carnet Joven	1,80€

ABONOS

30 Baños Adulto	48 €
30 Baños Niños (entre 4 y 12 años)	24 €
30 Baños Carnet Joven	43 €
75 Baños Adulto	110 €
75 Baños Niños (entre 4 y 12 años)	55 €
75 Baños Carnet Joven	100 €

Epígrafe 2. Utilización de PISTAS DE TENIS Y FRONTÓN

SIN LUZ

CON LUZ

Mayores de 18 años por hora o fracción	2 €	4 €
Menores de 18 años por hora o fracción	1 €	3 €

Epígrafe 3. Utilización de PISTAS DE PÁDEL

SIN LUZ

CON LUZ

Mayores de 18 años por hora o fracción	4 €	6 €
Menores de 18 años por hora o fracción	2 €	4 €

Epígrafe 4. Utilización de PISTAS POLIDEPORTIVAS

SIN LUZ

CON LUZ

Mayores de 18 años por hora o fracción	4 €	6 €
Menores de 18 años por hora o fracción	2 €	4 €

Epígrafe 5. Utilización de PABELLONES CUBIERTOS

SIN LUZ

CON LUZ

Por hora o fracción	10 €	15 €
---------------------------	------	------

Epígrafe 6. Utilización de CAMPOS DE FÚTBOL DE TIERRA

SIN LUZ

CON LUZ

Por hora o fracción toda la iluminación	Gratis	15 €
Por hora o fracción 50% de iluminación	Gratis	3 €

Epígrafe 7. Utilización de CAMPOS DE FÚTBOL DE CÉSPED ARTIFICIAL

SIN LUZ

CON LUZ

Campo de Fútbol una hora o fracción	10 €	15 €
Campo Fútbol 7 una hora o fracción mayores de 18 años	8 €	11 €
Campo Fútbol 7 una hora o fracción menores de 18 años	4 €	7 €

Epígrafe 8. Utilización de la PISTA DE ATLETISMO

SIN LUZ

CON LUZ

Por hora o fracción toda la iluminación	Gratis	15 €
Por hora o fracción 50% de iluminación	Gratis	8 €
Por hora o fracción 25% de iluminación	Gratis	4 €

Epígrafe 9. Utilización de la PISCINA CUBIERTA MUNICIPAL

ENTRADAS INDIVIDUALES

Adultos	3 €
Niños (menores de 15 años)	1,50€
Mayores de 65 años y Personas con discapacidad	1,50€
Grupos organizados de centros escolares (por persona)	0,50€

ABONOS

Temporada Familiar	175 €
Temporada Individual	90 €
Temporada Menores de 15 años	60 €
Temporada Familiar Especial (mayores de 65 años y personas con discapacidad)	90 €
Temporada Individual Especial (mayores de 65 años y personas con discapacidad)	45 €
Trimestral Familiar	70 €
Trimestral Individual	35 €
Trimestral Menores de 15 años	25 €
Trimestral Familiar Especial (mayores de 65 años y personas con discapacidad)	35 €
Trimestral Individual Especial	18 €

Epígrafe 10. Utilización de la SALA CARDIOVASCULAR ABONOS

Temporada Individual	60 €
Temporada Individual Especial (mayores de 65 años y personas con discapacidad)	35 €
Trimestral Individual	20 €
Trimestral Individual Especial (mayores de 65 años y personas con discapacidad)	15 €

Epígrafe 11. Utilización conjunta de la PISCINA CUBIERTA y la SALA CARDIOVASCULAR

ABONOS

Temporada Familiar	90 €
Temporada Individual	100 €
Temporada Familiar Especial (mayores de 65 años y personas con discapacidad)	95 €
Temporada Individual Especial (mayores de 65 años y personas con discapacidad)	50 €
Trimestral Familiar	90 €
Trimestral Individual	50 €
Trimestral Familiar Especial (mayores de 65 años y personas con discapacidad)	50 €
Trimestral Individual Especial (mayores de 65 años y personas con discapacidad)	30 €

BONO DEPORTE - INCLUYE LOS SIGUIENTES SERVICIOS:

- Acceso gratuito a las piscinas cubierta y de verano
- Acceso gratuito a la sala cardiovascular
- Descuento del 50% en Escuelas Deportivas y Cursos y Actividades que se organicen desde el Área de Deportes del Ayuntamiento
- Descuento del 50% en el precio por inscripción de Ligas Deportivas de Aficionado
 - Temporada Familiar: 270 €
 - Temporada Familiar Especial (Mayores de 65 años y personas con discapacidad): 140 €
 - Temporada Individual: 140 €
 - Temporada Individual Especial (Mayores de 65 años y personas con discapacidad): 70 €

NOTAS:

- Los abonos de temporada de la piscina cubierta y sala cardiovascular se podrán fraccionar en dos pagos, el 50% en el momento de la matrícula y el resto al mes siguiente previa domiciliación del recibo.
- Los Bonos Deporte se podrán fraccionar en tres pagos, el 50% en el momento de la matrícula, el 25% al mes siguiente previa domiciliación del recibo y el 25% restante al segundo mes siguiente previa domiciliación del recibo.
- Para beneficiarse de los precios de menores todos los usuarios de la instalación deberán tener la edad determinada en la ordenanza.
- Tendrá la condición de persona con discapacidad, el que tenga reconocida esta condición en un porcentaje igual o superior al 60%.
- A efectos del abono familiar, se entiende por unidad familiar la compuesta por los padres y los demás miembros de la familia que convivan en el mismo domicilio y dependan de ellos, no percibiendo rentas propias.
- Para utilizar la sala cardiovascular es preciso ser mayor de 15 años.

PRECIO PÚBLICO POR UTILIZACIÓN DE INSTALACIONES DEPORTIVAS

-PRECIO PÚBLICO POR ACTIVIDADES DEPORTIVAS.-

- Escuelas Deportivas Municipales para menores de 18 años (por temporada y persona) 30 €
- Cursos de Tenis y Pádel para Adultos (por mes y persona) 15 €
- Aeróbic y Mantenimiento Físico para Adultos (por temporada) 40 €
- Mantenimiento Físico 3ª Edad (por temporada) 20 €
- Cursos y Escuelas de Verano (por persona y mes) 15 €
- Cursos Natación Piscina Cubierta (por sesión y persona)
 - Bebés y Niños 0-15 años: 2 € | Adultos: 2,50 €
 - Tercera Edad a partir de 65 años: 1 € | Personas con discapacidad: 1 €
- Cursos Natación Piscina de Verano (por mes y persona)
 - Niños (hasta 15 años): 30 € | Adultos: 40 € | Personas con discapacidad: 30 €
- Participación en Ligas Locales de Aficionados (por persona y competición)
 - Fútbol 5 €
 - Baloncesto, Fútbol 7 y Fútbol Sala 6 €
- Participación en Torneos de Feria y Fiestas Patronales (por equipo y competición) 25 €

NOTA: Los titulares de Bono Deporte tendrán los siguientes descuentos:

- Descuento del 50% en Escuelas Deportivas y Cursos y Actividades que se organicen desde el Área de Deportes del Ayuntamiento.
- Descuento del 50% en el precio por inscripción en Ligas Deportivas de Aficionado.

OPTICALIA®

MANZANARES-LA SOLANA

C/ Toledo, 27 · Manzanares (CIUDAD REAL)
Tel. 926 611 120

C/ Concepción, 1 · La Solana (CIUDAD REAL)
Tel. 926 632 026

QUESOS el hidalgo

LÁCTEOS CUQUERELLA, S.L.



Únete a FEDERCLUB

El Club de los peques de Federópticos



FEDERBONO

Al comprar tus gafas graduadas, durante el primer año, te cambiamos tus lentes **GRATIS**.

REGALOS

de Bienvenida, en Navidad, por tu cumple... y otras sorpresas felinas.



REVISIONES

Te recordamos cuándo debes visitarnos.

*Consulta condiciones en tu óptica

Especialistas en frenar el avance de
LA MIOPIA EN LOS MÁS JÓVENES.



Lentes de
contacto



Lentes
oftálmicas



Lentes
Orto-K

 **federópticos**
Selu

Toledo, 9 · Manzanares
Tel: 926 610 349

Encomienda, 2 · La Solana
Tel: 926 648 512