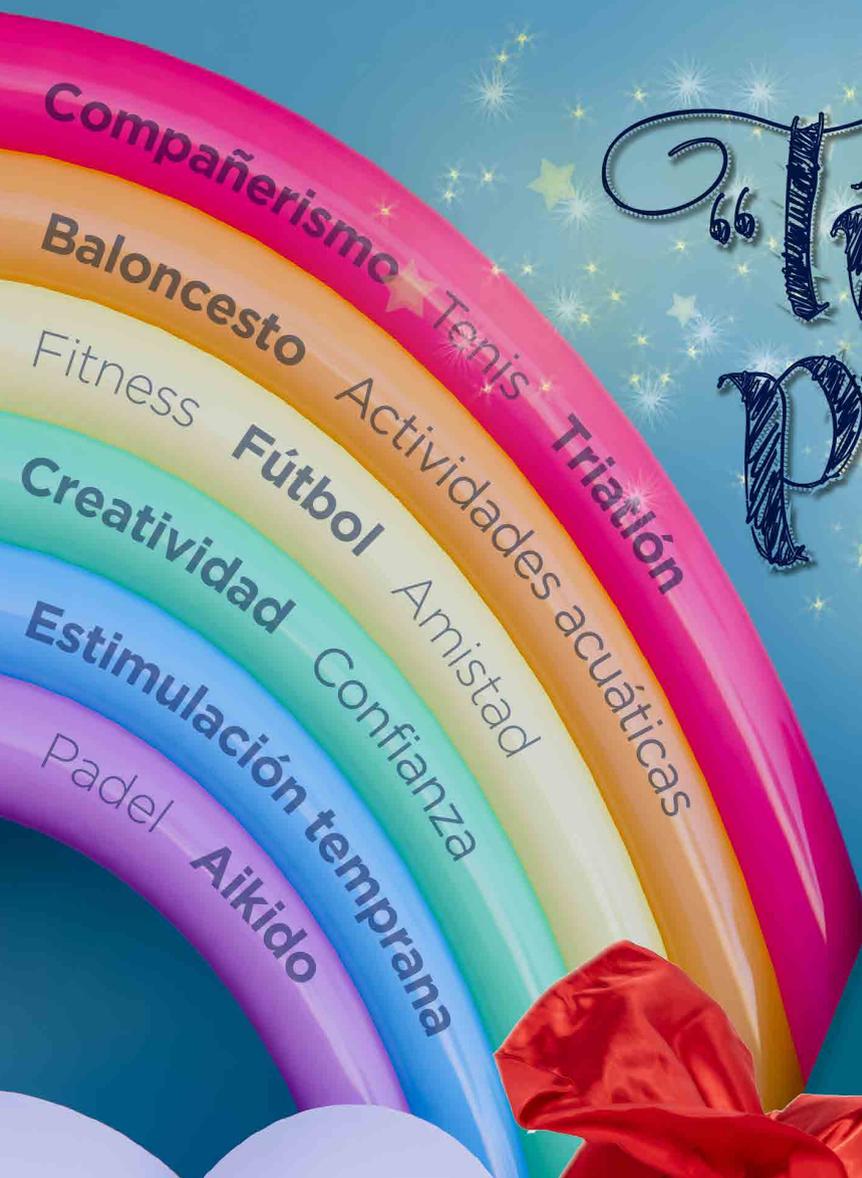


“Tu puedes”



PROGRAMA DE ACTIVIDADES 2020 - 2021

SALUD

RELACIONES SOCIALES

OCIO



CLUB SAN JORGE

ESCUELA DE FÚTBOL

ACTIVIDADES 2020-2021

Edad Escolar

ACTIVIDAD	EDADES / DIAS / HORARIO	CUOTA	
<p>Escuela de FÚTBOL</p> <p>• PLAZAS LIMITADAS en cada equipo</p> <p>La cuota incluye:</p> <ul style="list-style-type: none"> Entrenamiento en campo de césped artificial. Gastos federativos (sólo federados). Camiseta + pantalón de juego. <p>Nota importante: Los horarios podrán sufrir modificaciones en función del número de jugadores de cada categoría y/o del número de equipos.</p> <p>Para la vestimenta deportiva de nuev@s alumn@s o reposiciones de prendas consultar con la dirección del Club.</p> <p>Información: Consultar con coordinación de la Escuela. informacion@clubsanjorge.es</p>	<p>CHUPETAS. Nacidos en los años 2015, 2016 Y 2017 Lunes y miércoles, de 17.30 a 18.30 h. (Nacidos 2015-2016) Martes y jueves, de 17.30 a 18.30 h. (Nacidos 2017)</p> <p>PREBENJAMÍN Nacidos en los años 2013 y 2014 Martes y jueves, de 17.30 a 18.30 h.</p> <p>BENJAMÍN Nacidos en los años 2011 y 2012 Lunes y miércoles, de 17.30 a 18.45 h.</p> <p>ALEVÍN Nacidos en los años 2009 y 2010 Lunes y miércoles, de 18.45 a 20:00 h. Martes y jueves, de 18:45 a 20:00 h.</p> <p>FÚTBOL FEMENINO Horario a convenir</p> <p>RESTO DE CATEGORÍAS (Infantil- Cadete, ...) Horario a convenir</p>	<p>NO FEDERADOS</p> <p>Temporada Completa (único pago) 340€ si el pago se hace en Sept'20</p> <p>Fraccionada: 200€ Sept 175€ Enero</p>	<p>FEDERADOS</p> <p>Temporada Completa (único pago) 415€ si el pago se hace en Sept'20</p> <p>Fraccionada: 270€ Sept 175€ Enero</p>
	<p>JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS</p> <p>Próximas convocatorias: Solicitar información al correo informacion@clubsanjorge.es</p>	<p>Gratuita</p>	

Matrículas nuevas inscripciones: 25€/jugador

Como consecuencia de la emergencia sanitaria declarada a causa de la pandemia de Covid-19, esta actividad seguirá el protocolo establecido por el Club San Jorge en cumplimiento de las directrices marcadas por las autoridades competentes.

Las inscripciones se realizan únicamente a través del enlace <https://forms.gle/745FKmtTXruUSdJy8>. La inscripción de la actividad durante la emergencia sanitaria no implica abono de ninguna cuota, siendo el objetivo conocer el alumnado interesado en dicha actividad y así poder organizar mejor el comienzo de la misma. En el caso que la actividad se iniciara más tarde del mes de octubre 2020, la cuota se recalcularía atendiendo a la parte proporcional, descontando el periodo no disfrutado. Si una vez iniciada la actividad esta se tuviera que suspender por fuerza mayor, cierre del centro o confinamiento del alumno/a durante un determinado periodo, el periodo suspendido se procuraría realizar en el mes de julio 2021, o caso de no ser posible se devolverá la parte proporcional del servicio no prestado al finalizar la temporada.



CLUB SAN JORGE

BASKET

ACTIVIDADES 2020-2021

ACTIVIDAD	EDADES / DIAS / HORARIO	CUOTA
Escuela de BALONCESTO PLAZAS LIMITADAS en cada equipo	BABYBASKET Nacidos en los años 2015 y 2016. Lunes y miércoles, de 17.30 a 18.45 h. PEQUEBASKET Nacidos en los años 2013 y 2014. Lunes y miércoles, de 17.30 a 18.45 h.	Temporada Completa (único pago) 400€ si se hace en Sept'20 Fraccionada: 270€ Sept 150€ Enero
	BENJAMÍN Nacidos en los años 2011 y 2012. Lunes y miércoles, de 17.30 a 18.45 h. MINIBASKET MIXTO Nacidos en los años 2009 y 2010. Martes y jueves, de 17.30 a 19.00 h. Viernes, de 17:00h a 18:30h	Temporada Completa (único pago) 425€ si se hace en Sept'20 Fraccionada: 270€ Sept 185€ Enero
La cuota incluye: •Entrenamiento en pabellón/pista cubierta. •Gastos federativos (sólo federados). •Camiseta + pantalón de juego (sólo federados). Nota importante: Los horarios podrán sufrir modificaciones en función del número de jugadores de cada categoría y/o del número de equipos. Para la vestimenta deportiva de nuev@s alumn@s o reposiciones de prendas consultar con la dirección del Club. Consultar con el coordinador de la Escuela: D. Josema Castro Tlf. 606439225 josemanuelcastro@colegiosanjorge.es	INFANTIL (FEMENINO) Nacidos en los años 2007 y 2008. Lunes y miércoles, de 17.30 a 19:00h Viernes, de 17:00h a 18:30h	Temporada Completa (único pago) 450€ si se hace en Sept'20 Fraccionada: 280€ Sept 200€ Enero
	(MASCULINO) Nacidos en los años 2007 y 2008. Martes y jueves, de 17.30 a 19:00h Viernes, de 17:00h a 18:30h	
	CADETE Nacidos en los años 2005 y 2006. Lunes y miércoles, 17:30h a 19:00h Viernes, de 18:30h a 20:00h JUNIOR Nacidos en los años 2003 y 2004. Martes y Jueves, de 17.30 a 19:00h Viernes, de 18.30 a 20:00h	
ESCUELA Nacidos en los años 2004 a 2016. CLASES PARTICULARES: Sesiones de 1 hora. Horario y cuota a convenir dependiendo del número de jugadores. EQUIPO DE VETERANOS. Mayores de 30 años.	Trimestral (NO Federado) 120€	
JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS Próximas convocatorias: Solicitar información al correo informacion@clubsanjorge.es	Gratuita	

Como consecuencia de la emergencia sanitaria declarada a causa de la pandemia de Covid-19, esta actividad seguirá el protocolo establecido por el Club San Jorge en cumplimiento de las directrices marcadas por las autoridades competentes.

Las inscripciones se realizan únicamente a través del enlace <https://forms.gle/745FKmtTXruUSdjy8>. La inscripción de la actividad durante la emergencia sanitaria no implica abono de ninguna cuota, siendo el objetivo conocer el alumnado interesado en dicha actividad y así poder organizar mejor el comienzo de la misma. En el caso que la actividad se iniciara más tarde del mes de octubre 2020, la cuota se recalcularía atendiendo a la parte proporcional, descontando el periodo no disfrutado. Si una vez iniciada la actividad esta se tuviera que suspender por fuerza mayor, cierre del centro o confinamiento del alumno/a durante un determinado periodo, el periodo suspendido se procuraría realizar en el mes de julio 2021, o caso de no ser posible se devolverá la parte proporcional del servicio no prestado al finalizar la temporada.



CLUB SAN JORGE

ACTIVIDADES 2020-2021

ACTIVIDAD	EDADES / DIAS / HORARIO	CUOTA
Escuela de TRIATLÓN <ul style="list-style-type: none">• Carrera• Bicicleta• Natación <p>Nota importante: Los horarios podrán sufrir modificaciones en función del número de alumnos de cada categoría y/o del número de grupos.</p> <p>* Para la vestimenta deportiva de nuev@s alumn@s o reposiciones de prendas consultar con la dirección del Club.</p> <p>Información: informacion@clubsanjorge.es</p> <p>La cuota incluye: - Entrenamiento - Licencia federativa (sólo federados)</p> <p>Nota importante: Las actividades dirigidas están sujetas a un número mínimo de 8 integrantes.</p> <p>Información: informacion@clubsanjorge.es</p>	PEQUETRIATLÓN Nacidos en los años 2011 a 2016. Establecimiento de grupos por edad /nivel Martes, 17:30 a 18:20 h. Jueves, de 17:30 a 18:20 h.	Temporada Completa (único pago) 255€ si el pago se hace en Sept'20 Trimestre 90€ * Federados + 40€ licencia
	TRIATLÓN ALEVÍN Nacidos en los años 2009 y 2010. Lunes, 17:30 a 18:20 h. (Entrenamiento en seco: carrera a pie / bici) Martes y jueves, de 17:30 a 18:20 h. (Natación)	Temporada Completa (único pago) 330€ si el pago se hace en Sept'20 Trimestre 115€ * Federados + 40€ licencia
	TRIATLÓN INFANTIL/ CADETE Nacidos en los años 2008 y anteriores (a partir de 1º de ESO). Lunes, 17:30 a 18:20 h. (Entren. En seco: carrera a pie) Miércoles, de 17:30 a 18:20 h. (Natación) Viernes, de 16:00 a 17:25 h. (Natación)	Temporada Completa (único pago) 375€ si el pago se hace en Sept'20 Trimestre 130€ * FEDERADOS: Infantil y Cadete + 50€ Junior +65€
	GRUPO ADVANCED Seleccionados por la dirección técnica Lunes y miércoles, 20:00 a 21:15 h (Carrera a pie) Martes y jueves, 20.00 a 21.30 h (Natación) Viernes, de 16:00 a 17:25 h. (Natación) En las categorías alevín, infantil y cadete se realizarán rutas en bicicleta (fines de semana establecidos).	* Bonificación si se cumple el mínimo de asistencia a competiciones.

Como consecuencia de la emergencia sanitaria declarada a causa de la pandemia de Covid-19, esta actividad seguirá el protocolo establecido por el Club San Jorge en cumplimiento de las directrices marcadas por las autoridades competentes.

Las inscripciones se realizan únicamente a través del enlace <https://forms.gle/745FKmtTXruUSdjy8>. La inscripción de la actividad durante la emergencia sanitaria no implica abono de ninguna cuota, siendo el objetivo conocer el alumnado interesado en dicha actividad y así poder organizar mejor el comienzo de la misma. En el caso que la actividad se iniciara más tarde del mes de octubre 2020, la cuota se recalcularía atendiendo a la parte proporcional, descontando el periodo no disfrutado. Si una vez iniciada la actividad esta se tuviera que suspender por fuerza mayor, cierre del centro o confinamiento del alumno/a durante un determinado periodo, el periodo suspendido se procuraría realizar en el mes de julio 2021, o caso de no ser posible se devolverá la parte proporcional del servicio no prestado al finalizar la temporada.

ACTIVIDAD	EDADES / DIAS / HORARIO	CUOTA
Escuela de TENIS Nota importante: Los horarios podrán sufrir modificaciones en función del número de alumnos y/o del número de grupos. Las actividades dirigidas están sujetas a un número mínimo de 3 integrantes. Información: informacion@clubsanjorge.es	A partir de 1º de Primaria Miércoles, de 13:45 a 14:45h. Este horario no se pondrá en marcha hasta que la emergencia sanitaria declarada a causa de la pandemia de Covid-19 finalice y se den las condiciones óptimas para su funcionamiento.	T. Completa (único pago) 180€ si se hace en Sept'20 Trimestral 63€ - 1 día
	De 2º de E. Infantil a 2º de Bachillerato Lunes, miércoles y viernes, de 17:30 a 18:30 h. *Lunes y miércoles, de 17:30 a 18:30 h. *Martes y jueves, de 17:30 a 18:30h. Viernes, de 17:30 a 18:30 y sábado, de 11:00 h a 12:00 h *Grupos con posibilidad de 1h y 30 minutos. Posibilidad de elegir 1 sólo día de lunes a sábado.	T. Completa (único pago) si se hace en Sept'20 495€ 3 días 330€ 2 días *435€ 2 días (1h 30 min) 195€ 1 día Trimestral 173€ 3 días 115€ 2 días *152€ 2 días (1h 30 min) 68€ 1 día

Escuela de PÁDEL Todos los niveles Las actividades dirigidas están sujetas a un número mínimo de 3 integrantes. Información: informacion@clubsanjorge.es	De 6 a 10 años. Lunes a viernes, de 17:30 a 21:30 h.	T. Completa (único pago) si se hace en Sept'20 De 6 a 10 años 330€ 2 días 240€ 1 día De 11 a 17 años 360€ 2 días 270€ 1 día	Trimestral De 6 a 10 años 115€ 2 días 85€ 1 día De 11 a 17 años 125€ 2 días 95€ 1 día
	De 11 a 17 años. Lunes a viernes, de 17:30 a 21:30 h. *Posibilidad de elegir 1 sólo día de lunes a viernes		

Como consecuencia de la emergencia sanitaria declarada a causa de la pandemia de Covid-19, esta actividad seguirá el protocolo establecido por el Club San Jorge en cumplimiento de las directrices marcadas por las autoridades competentes.

Las inscripciones se realizan únicamente a través del enlace <https://forms.gle/745FKmtTXruUSdJy8>. La inscripción de la actividad durante la emergencia sanitaria no implica abono de ninguna cuota, siendo el objetivo conocer el alumnado interesado en dicha actividad y así poder organizar mejor el comienzo de la misma. En el caso que la actividad se iniciara más tarde del mes de octubre 2020, la cuota se recalcularía atendiendo a la parte proporcional, descontando el periodo no disfrutado. Si una vez iniciada la actividad esta se tuviera que suspender por fuerza mayor, cierre del centro o confinamiento del alumno/a durante un determinado periodo, el periodo suspendido se procuraría realizar en el mes de julio 2021, o caso de no ser posible se devolverá la parte proporcional del servicio no prestado al finalizar la temporada.



CLUB SAN JORGE

Aikido

ACTIVIDADES 2020-2021



ACTIVIDAD	EDADES / DIAS / HORARIO	CUOTA
<p>Escuela de AIKIDO</p> <p>Nota importante: Los horarios podrán sufrir modificaciones en función del número de alumnos y/o del número de grupos, los cuales los determinará el Sensei.</p> <p>Información: Coordinador de la Escuela: D. Pedro Hernández informacion@clubsanjorge.es</p>	<p>A partir de 5 años de edad</p> <ul style="list-style-type: none"> • Medio día Lunes y miércoles, de 13:45 a 14:30 h. (Principiante / Intermedio) Martes y jueves, de 13:45 a 14:30 h. (Avanzado) • Lunes y Miércoles De 17:30 a 18:30 h. (Principiante) De 18:30 a 19:30 h. (Avanzado) 	<p>Temporada Completa (único pago) 300€ si se hace el pago en Sept'20</p> <p>Trimestre 105€</p>

Esta actividad no se pondrá en marcha hasta que la emergencia sanitaria declarada a causa de la pandemia de Covid-19 finalice y se den las condiciones óptimas para su funcionamiento.

Las inscripciones se realizan únicamente a través del enlace <https://forms.gle/745FKmtTXruUSdjy8>. La inscripción de la actividad durante la emergencia sanitaria no implica abono de ninguna cuota, siendo el objetivo conocer el alumnado interesado en dicha actividad y así poder organizar mejor el comienzo de la misma. En el caso que la actividad se iniciara más tarde del mes de octubre 2020, la cuota se recalcularía atendiendo a la parte proporcional, descontando el periodo no disfrutado. Si una vez iniciada la actividad esta se tuviera que suspender por fuerza mayor, cierre del centro o confinamiento del alumno/a durante un determinado periodo, el periodo suspendido se procuraría realizar en el mes de julio 2021, o caso de no ser posible se devolverá la parte proporcional del servicio no prestado al finalizar la temporada.



Swimming

ACTIVIDADES 2020-2021

ACTIVIDAD	EDADES / DIAS / HORARIO	CUOTA
<p>ACTIVIDAD ACÚATICA (3 a 14 años)</p> <p><i>Nota importante:</i> Las actividades dirigidas están sujetas a un número mínimo de 8 integrantes.</p> <p><i>Información:</i> informacion@clubsanjorge.es</p>	<p>Niveles:</p> <ul style="list-style-type: none"> • RENACUAJOS (Principiante) • SARDINILLAS (Intermedio) • TIBURONES (Avanzado) • PERFECCIONAMIENTO <p>Horario semanal: Lunes-miércoles-viernes, de 17:30 a 18:20 (3 días) Lunes-miércoles, de 17:30 a 18:20 (2 días) Martes y jueves, de 17:30 a 18:20 (2 días) Viernes, de 17:30 a 18:20 (1 día) Sábados, de 11:40 a 12:30 (1 día) Sábados, de 12:40 a 13:30 (1 día)</p> <p>Este horario no se pondrá en marcha hasta que la emergencia sanitaria declarada a causa de la pandemia de Covid-19 finalice y se den las condiciones óptimas para su funcionamiento.</p>	<p>Temporada Completa (único pago) si se hace en Sept'20</p> <p>360€ 3 días 288€ 2 días 148€ 1 día</p> <p>Trimestre 126€ 3 días 100€ 2 días 52€ 1 día</p>

CLUB NATACION SAN JORGE MURCIA CATEGORÍAS 2020 - 2021



	PREBENJAMÍN	BENJAMÍN	ALEVÍN	INFANTIL	JUNIOR	ABSOLUTO
MASCULINO	2011 y menores	2010 / 2009	2008 / 2007	2006 / 2005	2004 / 2003	2002 y mayores
FEMENINO	2013 y menores	2012 / 2011	2010 / 2009	2008 / 2007 2006	2005 / 2004	2003 y mayores

Participación en las siguientes competiciones:
LIGA REGIONAL - TROFEOS Y CAMPEONATOS REGIONALES Y NACIONALES
www.cnmurcia.com – TLF. 634 74 33 51 – cnatacionmurcia@gmail.com

- **ÓSCAR GONZÁLEZ HERRERO**
Entrenador Superior de Natación por la RFEN
- **PABLO MARTÍNEZ HERNÁNDEZ**
Licenciado en educación física
- **CARLOS OLIVER CASADO**
Monitor de Natación por la RFEN

Como consecuencia de la emergencia sanitaria declarada a causa de la pandemia de Covid-19, esta actividad seguirá el protocolo establecido por el Club San Jorge en cumplimiento de las directrices marcadas por las autoridades competentes.

Las inscripciones se realizan únicamente a través del enlace <https://forms.gle/745FKmtTXruUSdjy8>. La inscripción de la actividad durante la emergencia sanitaria no implica abono de ninguna cuota, siendo el objetivo conocer el alumnado interesado en dicha actividad y así poder organizar mejor el comienzo de la misma. En el caso que la actividad se iniciara más tarde del mes de octubre 2020, la cuota se recalcularía atendiendo a la parte proporcional, descontando el periodo no disfrutado. Si una vez iniciada la actividad esta se tuviera que suspender por fuerza mayor, cierre del centro o confinamiento del alumno/a durante un determinado periodo, el periodo suspendido se procuraría realizar en el mes de julio 2021, o caso de no ser posible se devolverá la parte proporcional del servicio no prestado al finalizar la temporada.

EDAD ADULTA



WELLNESS

ACTIVIDADES 2020-2021

ACTIVIDAD	EDADES / DIAS / HORARIO	CUOTA			
<p>SJ ESPACIO WELLNESS</p> <p><i>Nota importante:</i> Las actividades dirigidas están sujetas a un número mínimo de 8 integrantes.</p> <p><i>Información:</i> informacion@clubsanjorge.es</p>	<p>Como consecuencia de la emergencia sanitaria declarada a causa de la pandemia de Covid-19, esta actividad seguirá el protocolo establecido por el Club San Jorge en cumplimiento de las directrices marcadas por las autoridades competentes.</p>	<p>ACTIVIDAD ACUÁTICA ADULTOS. Desarrollar un adecuado dominio del medio acuático a la vez que facilitamos una mejora en la condición física. Lunes y miércoles, de 20:30 a 21:30 h.</p>			
		<p>TRIATLÓN. Es la unión de la natación triatlón y un plan de entrenamiento de carrera a pie y de ciclismo, personalizado y adaptado a cada individuo Lunes y miércoles: 20:00 a 21:15 h. (Atletismo) Martes y jueves, de 20:00 a 21:30 h. (Natación)</p>		<p>FEDERADOS</p> <p>Temporada Completa 300€ Trimestral 105€ Licencia 95€</p>	<p>NO FEDERADOS</p> <p>Temporada Completa (único pago) si se hace en Sept'20 375€ Trimestral 130€</p>
		<p>NATACIÓN-TRIATLÓN. Enfoque centrado en el rendimiento, donde se busca alcanzar un estado óptimo de forma para afrontar las diversas competiciones (triatlones, travesías...) Martes y jueves, de 20:00 a 21:30 h</p>		<p>Temporada Completa 240€ Trimestral 85€ Licencia 95€</p>	<p>Temporada Completa (único pago) si se hace en Sep '20 315€ Trimestral 110€</p>
		<p>NATACIÓN LIBRE (A partir de 14 años). Natación sin monitor en la que se puede disfrutar de la piscina de manera ilimitada respetando el horario disponible para esta actividad. De lunes a jueves, de 20:30 a 21:30 h. Viernes, de 16:00 a 17:25 h. Sábados, de 11:40 a 13:20 h.</p>		<p>Temporada Completa (único pago) 160€ si se hace en Sept'20 4€ / Un baño 28€ / Mes 66€ / Trimestre</p>	

Las inscripciones se realizan únicamente a través del enlace <https://forms.gle/745FKmtTXruUSdjy8>. La inscripción de la actividad durante la emergencia sanitaria no implica abono de ninguna cuota, siendo el objetivo conocer el alumnado interesado en dicha actividad y así poder organizar mejor el comienzo de la misma. En el caso que la actividad se iniciara más tarde del mes de octubre 2020, la cuota se recalcularía atendiendo a la parte proporcional, descontando el periodo no disfrutado. Si una vez iniciada la actividad esta se tuviera que suspender por fuerza mayor, cierre del centro o confinamiento del alumno/a durante un determinado periodo, el periodo suspendido se procuraría realizar en el mes de julio 2021, o caso de no ser posible se devolverá la parte proporcional del servicio no prestado al finalizar la temporada.

EDAD ADULTA



SJ ESPACIO TENIS-PADEL

ACTIVIDADES 2020-21

ACTIVIDAD	EDADES / DIAS / HORARIO	CUOTA	
SJ Espacio RAQUETA, TENIS <i>Todos los niveles</i> informacion@clubsanjorge.es	EDAD ADULTA (a partir de 15 años) Horario a convenir *Sesión de 1h. max. 5/6 en pista.	Bonos (a consumir dentro del mes contratado)	Mensual
		80€ / 4 clases	45€ /1 día
		108€ / 6 clases	55€ /2 días
		135€ / 8 clases	65€ /3 días
SJ Espacio RAQUETA, PÁDEL <i>Todos los niveles</i> Las actividades dirigidas están sujetas a un número mínimo de 3 integrantes. informacion@clubsanjorge.es	EDAD ADULTA (a partir de 18 años) Horario a convenir	Mensual (1 DÍA)	Mensual (2 DÍAS)
		33€	45€

Como consecuencia de la emergencia sanitaria declarada a causa de la pandemia de Covid-19, esta actividad seguirá el protocolo establecido por el Club San Jorge en cumplimiento de las directrices marcadas por las autoridades competentes.

Las inscripciones se realizan únicamente a través del enlace <https://forms.gle/745FKmtTXruUSdjy8>. La inscripción de la actividad durante la emergencia sanitaria no implica abono de ninguna cuota, siendo el objetivo conocer el alumnado interesado en dicha actividad y así poder organizar mejor el comienzo de la misma. En el caso que la actividad se iniciara más tarde del mes de octubre 2020, la cuota se recalcularía atendiendo a la parte proporcional, descontando el periodo no disfrutado. Si una vez iniciada la actividad esta se tuviera que suspender por fuerza mayor, cierre del centro o confinamiento del alumno/a durante un determinado periodo, el periodo suspendido se procuraría realizar en el mes de julio 2021, o caso de no ser posible se devolverá la parte proporcional del servicio no prestado al finalizar la temporada.

EDAD ADULTA



CLUB SAN JORGE

SJ ESPACIO FITNESS

ACTIVIDADES 2020-21

ACTIVIDAD	EIDADES / DIAS / HORARIO					CUOTA
SJ ESPACIO FITNESS (+NATACIÓN LIBRE)	CYCLING Sesiones dirigidas de ciclismo-indoor, controlando el pedaleo y la intensidad con los tiempos de la música.	PILATES Sesiones de entrenamiento físico y mental con el fin de relajar tanto el cuerpo como la mente a través de la relajación, estiramientos y la respiración.	CIRCUIT FORCE Sesiones para desarrollar completamente toda la musculatura del cuerpo a través de un conjunto de movimientos/ ejercicios estructurados de fuerza.	ZUMBA Sesiones de fortalecimiento y flexibilidad mediante ritmos musicales combinados con rutinas aeróbicas.	CARDIO TRAINING Sesiones de movimientos funcionales y movimientos a diferentes intensidades con el principal objetivo de quemar grasas.	
	INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES					
Nota importante: Los horarios podrán sufrir modificaciones en función de la demanda de las actividades programadas. Así mismo, en función del número de usuarios/as, podrá haber actividad durante el mes de julio siendo el programa de actividades inferior al resto del año.	Clase suelta. 5,00€ Programa completo. Mensual: 25,00 €// Trimestral: 65,00 € // Temporada Completa: 180,00€ *(incluye acceso gratuito nado libre piscina climatizada, en horario de Natación Libre)					
	Sólo 1 actividad. Mensual: 20,00 €// Trimestral: 55,00 € // Temporada Completa: 150,00€					
		Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	
	17:30h 18:25h	PILATES	CYCLING	PILATES	CYCLING	
	18:30h 19:25h	CARDIO TRAINING	ZUMBA	CARDIO TRAINING	ZUMBA	
	19:30h 20:25h		CIRCUIT FORCE		CIRCUIT FORCE	

Esta actividad no se pondrá en marcha hasta que la emergencia sanitaria declarada a causa de la pandemia de Covid-19 finalice y se den las condiciones óptimas para su funcionamiento.

Las inscripciones se realizan únicamente a través del enlace <https://forms.gle/745FKmtTXruUSdjy8>. La inscripción de la actividad durante la emergencia sanitaria no implica abono de ninguna cuota, siendo el objetivo conocer el alumnado interesado en dicha actividad y así poder organizar mejor el comienzo de la misma. En el caso que la actividad se iniciara más tarde del mes de octubre 2020, la cuota se recalcularía atendiendo a la parte proporcional, descontando el periodo no disfrutado. Si una vez iniciada la actividad esta se tuviera que suspender por fuerza mayor, cierre del centro o confinamiento del alumno/a durante un determinado periodo, el periodo suspendido se procuraría realizar en el mes de julio 2021, o caso de no ser posible se devolverá la parte proporcional del servicio no prestado al finalizar la temporada.

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

INSCRIPCIÓN: a partir del 10 septiembre

Club San Jorge (situado en las instalaciones de la piscina) De lunes a viernes 17:30h a 21:00h

NOTA IMPORTANTE: Las actividades en Edad Escolar finalizarán el 19 de junio de 2021. Los usuarios inscritos TRIMESTRALMENTE, deberán renovar, mediante el pago de la cuota, 10 DÍAS antes del inicio del siguiente trimestre (si pasado este plazo no se realiza dicho pago, se entenderá que renuncia a su plaza en la actividad). Las renovaciones MENSUALES, se deberán abonar, mediante el pago de la cuota 7 días antes del inicio de los meses sucesivos. Bonificación del 8% para 4 miembros computables de una misma familia, inscritos a los diferentes programas del Club San Jorge. * Bonificaciones no acumulables.

**TODAS LAS ACTIVIDADES
DE ESTE CATÁLOGO
PUEDEN SER SOCILITADAS
POR NIÑ@S DE TODOS
LOS COLEGIOS Y , EN SU
CASO ADULTOS**

ALQUILER DE PISTAS

FÚTBOL 7	30,00€/h
FÚTBOL 5	20,00€/h
TENIS	5,00€/h
PABELLÓN	25,00€/h
PISTA CUBIERTA	
pista central	20,00€/h
pista transversal	10,00€/h
PISTA POLIDEPORTIVA	10,00€/h
PÁDEL	10,00€/1.30h

ABIERTO DE LUNES A DOMINGO*

HORARIO DE RESERVAS

Lunes a viernes, de 17:30 a 21:00 h. Tlf. 626 475 680

*Las reservas de sábado y domingo deben realizarse de lunes a viernes.

www.clubsanjorge.es

informacion@clubsanjorge.es



CLUB SAN JORGE

Avda. Picos de Europa, s/nº * Urb. La Alcayna
30507 Molina de Segura - Murcia - Telf. 626 475 680
(de Lunes a viernes, de 17:30h a 21:30h)