

2020/21



OLTZA  
LEKU

**INSCRIPCIONES**  
(ACTIVIDADES)

**IZEN-EMATEAK**  
(JARDUERAK)

DEL 9 AL 23 DE SEPTIEMBRE  
IRAILAK 9tik 23ra



[www.oltzaleku.com](http://www.oltzaleku.com)

Presencialmente en Polideportivo de Ororbia:

Lunes-miércoles-viernes: 10:00-13:00

Martes y jueves: 16:00-19:00

No pierdas tu plaza y aprovéchate del **pago fraccionado**  
Ez galdu zure lekua eta **zatikako ordainketaz** aprobetxatu

POLIDEPORTIVO -ORORBIA- KIROLDEGIA  
948322310 / 620148244 WWW.OLTZALEKU.COM

# ACTIVIDADES -2020/2021- JARDUERAK

## INFANTIL / HAURRAK

Actividad / Jarduera	Lugar / Tokia	Emp. 1er trimestre	No Emp. 1er trimestre	Horario / Ordutegia
ZUMBA KIDS (7-11 años/urte)	Pol. Ororbia	25,00 €	48,80 €	L-X 17:30-18:20

## JUVENIL-ADULTO / GAZTE-HELDUAK

Actividad / Jarduera	Lugar / Tokia	Emp. 1er trimestre	No Emp. 1er trimestre	Horario / Ordutegia
ABDOMINAL STRETCHING	Pol. Ororbia	26,10 €	49,90 €	(A) M-J 9:00-9:50 (B) M-J 19:00-19:50 (C) M-J 20:00-20:50
BAILES LATINOS	Pol. Ororbia	26,10 €	49,90 €	V 20:00-21:30
CICLO EXPRESS	Pol. Ororbia	25,00 €	47,50 €	M-J 21:00-21:30
CICLO INDOOR	Pol. Ororbia	42,20 €	80,50 €	(A) L-X 18:25-19:15 (B) M-J 10:00-10:50
ENTO. ALTA INTENSIDAD	Pol. Ororbia	26,10 €	49,90 €	L-X 20:30-21:20
GIM KALE	Pol. Ororbia	26,10 €	49,90 €	L-X 19:25-20:15
GRID	Pol. Ororbia	26,10 €	49,90 €	M-J 18:00-18:50
ESTIRAMIENTO Y TONO	Pol. Arazuri	26,10 €	49,90 €	(A) M-J 10:20-11:10 (B) L-X 18:45-19:35 (C) L-X 19:45-20:35
PILATES	Pol. Ororbia	74,90 €	142,40 €	(A) M-J 9:15-9:55 (B) L-X 17:40-18:20
TONO JUVENIL (12-18 años/urte)	Pol. Ororbia	23,90 €	46,40 €	M-J 17:00-17:40
YOGA	Kulturgune	32,70 €	61,90 €	(A) M-J 9:00-10:25 (B) M-J 19:05-20:30
ZUMBA	Pol. Ororbia	26,10 €	49,90 €	L-X 9:00-9:50 L-X 19:30-20:20
ZUMBA GAZTE (12-16 años/urte)	Pol. Ororbia	25,00 €	48,80 €	L-X 18:30-19:20

## +65 AÑOS Y PENSIONISTAS / +65 URTE ETA PENTSIONISTAK

Actividad / Jarduera	Lugar / Tokia	Emp. 1er trimestre	No Emp. 1er trimestre	Horario / Ordutegia
ACT. FISICA Y MEMORIA	Pol. Ororbia	26,10 €	49,90 €	M-J 11:00-11:50
	+65 años/pens. →	25,00 €	48,80 €	
GIMNASIA MANTENIMIENTO	Artazkoz	26,10 €	49,90 €	L-X 16:50-17:40
	+65 años/pens. →	25,00 €	48,80 €	

# PROGRAMA -2020/2021-



	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
9:00	Zumba 9:00-9:50	Abd. Stretch. 9:00-9:50	Zumba 9:00-9:50	Abd. Stretch. 9:00-9:50	
		Yoga 9:00-10:25		Yoga 9:00-10:25	
		Pilates 9:15-9:55		Pilates 9:15-9:55	
10:00		Ciclo Indoor 10:00-10:50		Ciclo Indoor 10:00-10:50	
		Estiram. & Tono 10:20-11:10		Estiram. & Tono 10:20-11:10	
11:00		Gim. & Memoria 11:00-11:50		Gim. & Memoria 11:00-11:50	
16:00	Gimn.Mtto 16:50-17:40		Gimn.Mtto 16:50-17:40		
17:00	Pilates 17:40-18:20	Tono juven. 17:00-17:40	Pilates 17:40-18:20	Tono juven. 17:00-17:40	
	Zumba kids 17:30-18:20		Zumba kids 17:30-18:20		
18:00	Ciclo Indoor 18:25-19:15	Grid 18:00-18:50	Ciclo Indoor 18:25-19:15	Grid 18:00-18:50	
	Zumba Gazte 18:30-19:20		Zumba Gazte 18:30-19:20		
	Estiram. & Tono 18:45-19:35		Estiram. & Tono 18:45-19:35		
19:00	Gim-Kale 19:25-20:15	Abd. Stretch. 19:00-19:50	Gim-Kale 19:25-20:15	Abd. Stretch. 19:00-19:50	
	Zumba 19:30-20:20	Yoga 19:05-20:30	Zumba 19:30-20:20	Yoga 19:05-20:30	
	Estiram. & Tono 19:45-20:35		Estiram. & Tono 19:45-20:35		
20:00	Entto Alta Intens. 20:30-21:20	Abd. Stretch. 20:00-20:50	Entto Alta Intens. 20:30-21:20	Abd. Stretch. 20:00-20:50	Bailes latinos 20:00-21:30
21:00		Ciclo Exp. 21:00-21:30		Ciclo Exp. 21:00-21:30	