

Actividades Deportivas de Arona

Verano 2008

Patronato de Deportes de Arona



DEPORTES

ARONA



Caja Canarias



**Cursos de Natación
Inscripción (tel): 010**

Una vez realizada la inscripción a través del servicio de atención telefónica (010) se realizará el pago en la Oficina de Información del Complejo Deportivo Jesús Domínguez "Grillo" de Los Cristianos, donde se encuentra la piscina municipal.

Llamando al teléfono 010 o al 922761600 del Servicio de Atención Telefónica del Ayuntamiento de Arona en el horario de inscripción.

SÓLO SERÁN ATENDIDOS COMO RESIDENTES LOS NIÑOS INSCRITOS EN EL PADRÓN MUNICIPAL

Si es residente en Arona y no está inscrito en el padrón, debe acercarse a las oficinas del Servicio de Atención al Ciudadano del Ayuntamiento de Arona (SAC).

El Servicio de Atención Telefónica del Ayuntamiento de Arona (010) tiene un horario de 8:00 a 20:00 horas. La inscripción para cada cursillo comenzará el día u hora que aparece en la

Fechas y horarios del inicio de la inscripción para cada cursillo:

	Residentes en Arona	No Residentes	Fecha del Cursillo
1er CURSILLO	10 de junio 15:00 horas	Desde el 16 de junio 08:00 horas	Del 30 Junio al 18 de Julio
2º CURSILLO	1 de julio 15:00 horas	Desde el 7 de julio 08:00 horas	Del 21 de Julio al 8 de Agosto
3er CURSILLO	22 de julio 15:00 horas	Desde el 28 de julio 08:00 horas	Del 11 al 29 de Agosto
4º CURSILLO	12 de agosto 15:00 horas	Desde el 18 de agosto 08:00 horas	Del 1 al 19 de Septiembre

Si el pago no se realiza en los tres días laborales siguientes a la inscripción, perderá automáticamente la plaza.



Cursillos de Natación

Inscripción (telf): 010

CONTENIDO

ACTIVIDADES PARA NIÑOS

- Cursillos de Natación.
- Polidivertido.
- Juegos en la playa.
- Mini cursos de vela.
- Tenis.
- Patinaje recreativo.
- Patinaje artístico.
- Hockey pista y Hockey hierba.
- Surf.
- Padel.
- VII Campamento Urbano Arona 2008.
- Golf.
- Canarias Basket Campus.
- Hípica.

ACTIVIDADES PARA JÓVENES Y ADULTOS

Símbolos

- Gimnasia en la playa.
- Natación.
- Tenis.
- Ponte en forma.
- Arona aventura.
- Bola canaria en la playa.
- Boxeo.
- Mini cursos de vela.
- Patinaje recreativo.
- Golf.



Actividad organizada por el Patronato de Deportes del Ayuntamiento de Arona.



Actividad subvencionada por el Patronato de Deportes del Ayuntamiento de Arona.



Actividad recomendada por el Patronato de Deportes del Ayuntamiento de Arona.

DEPORTE ADAPTADO

- Actividad Física para la Tercera Edad.
- Natación Adaptada Para Niños.

ACTIVIDADES FORMATIVAS

- Curso de Monitor Deportivo.
- Curso de Socorrista Acuático.

CURSILLOS DE NATACIÓN

Un buen aprendizaje de la natación es fundamental para niños y niñas, aprender correctamente a nadar hace que disfruten con seguridad de los momentos de ocio que pasan en la playa o en la piscina.

OBJETIVOS: Aprendizaje y perfeccionamiento de los fundamentos de la natación para realizar actividades en el agua de forma segura

PARTICIPANTES:

Niños y niñas entre 4 y 16 años.

LUGAR:

Piscina de Los Cristianos, en el Complejo Deportivo Municipal Jesús Domínguez "Grillo".
Avd. Chayofita, 12, Los Cristianos.

FECHA DE CELEBRACIÓN:

Primer Cursillo: del 30 de junio al 18 de julio.

Segundo Cursillo: del 21 de julio al 8 de agosto.

Tercer Cursillo: del 11 al 29 de agosto.

Cuarto Cursillo: del 1 al 19 de septiembre (sólo sesiones de tarde).

HORARIO:

Mañana

Tarde

Primer Turno: 10:30 a 11:30

Cuarto Turno: 15:30 a 16:30

Segundo Turno: 11:30 a 12:30

Quinto Turno: 16:30 a 17:30

Tercer Turno: 12:30 a 13:30

Sexto Turno: 17:30 a 18:30

TRANSPORTE: El primer turno (de 10:30 a 11:30 horas) cuenta con servicio de transporte para alumnos de 8 años ó mayores desde los barrios del municipio de Arona. Para acceder a este servicio debe especificarse al realizar la inscripción.

INSCRIPCIÓN: Llamando al teléfono 010 ó al 922761600 del Servicio de Atención Telefónica (SAT) del Ayuntamiento de Arona (Consultar pagina 2).

CUOTA: 25 € cada Cursillo



PLAZAS LIMITADAS



POLIDIVERTIDO

Actividad de animación deportiva del Patronato de Deportes del Ayuntamiento de Arona. Destinada a los niños del municipio a través de una participación libre donde ocuparán su tiempo de ocio con diversas propuestas lúdica.

OBJETIVO: Llevar a todos los barrios del municipio una propuesta sana de ocio deportivo para ocupar el tiempo libre de los niños.

PARTICIPANTES: Niños y niñas entre 6 y 14 años.

FECHA DE CELEBRACIÓN Y FRECUENCIA: Meses de julio y agosto, de lunes a viernes.

INSCRIPCIÓN: En la propia actividad.

CUOTA: Gratuita



ARONA

Pabellón

De 16:00 A 17:45 h.

LA CAMELLA

Polideportivo

De 10:00 A 12:00 h.

BUZANADA

Polideportivo

De 10:00 A 12:00 h.

LA FLORIDA

Polideportivo

De 18:15 A 20:00 h.

VIRGEN DEL CARMEN

Polideportivo

De 18:15 A 20:00 h.

CHO - PARQUE LA REINA

Polideportivo

De 16:00 A 17:45 h.

CABO BLANCO

Pabellón les

De 16:00 A 17:45 h.

VALLE SAN LORENZO

Plaza

De 18:15 A 20:00 h.

EL FRAILE

Pabellón

De 16:00 A 17:45 h.

LAS GALLETAS

Pabellón

De 10:00 A 12:00 h.

LAS ROSAS

Polideportivo

De 10:00 A 12:00 h.



DEPORTES

ARONA



JUEGOS EN LA PLAYA

Si existe un lugar protagonista del verano es la playa. Para los niños, la playa es un terreno ideal para el desarrollo de sus juegos y en eso consiste esta actividad. En ella se desarrollan actividades lúdicas deportivas orientadas a ocupar el numeroso tiempo libre que tienen en sus vacaciones.

OBJETIVO: Ofrecer a los niños una actividad de ocio deportivo para ocupar su tiempo libre de forma sana.

PARTICIPANTES: Niños y niñas entre 6 y 14 años.

LUGAR: Playa de Los Cristianos.

FECHA DE CELEBRACIÓN:

Meses de julio y agosto, de lunes a Viernes.

HORARIO: de 10:00 a 12:00 horas.

INSCRIPCIÓN: En la propia actividad.

CUOTA: Gratuita



MINICURSOS DE VELA

Es una oportunidad de iniciarse en un deporte que cuenta en Arona con unas excepcionales condiciones para su práctica.

OBJETIVOS: Iniciación a la especialidad deportiva de la Vela. Promocionar las especialidades náuticas en nuestro municipio, que cuenta con unas condiciones climáticas idóneas para su práctica durante todo el año.

PARTICIPANTES: A partir de 6 años. Es imprescindible saber nadar.

LUGAR: Escuela Municipal de Vela, en la Playa de Los Cristianos.

FECHA DE CELEBRACIÓN: Meses de julio y agosto.

DURACIÓN: Cada minicurso tiene una duración de cinco días.

HORARIO: De lunes a viernes,

INSCRIPCIÓN:

En la Escuela Municipal de Vela o a través del teléfono 610 801 200.

GRUPOS: Máximo 5 alumnos por grupo. Los participantes sólo podrán realizar 1 minicurso.

CUOTA: 6 €.

Otras modalidades náuticas:

La Escuela Municipal de Vela oferta además las siguientes actividades:

Curso de Vela para niños.

Curso de Windsurf para niños (+ 10 años).



CURSOS DE TENIS

La iniciación a esta especialidad puede realizarse desde edad temprana. El verano es un periodo ideal para iniciarse. Sin las obligaciones escolares los niños pueden dedicar este tiempo para progresar rápidamente.

OBJETIVO: Iniciación a la especialidad deportiva Tenis.

NÚCLEO A: LOS CRISTIANOS.

PARTICIPANTES: De 6 a 13 años. Se priorizan los niños que durante el curso no realizan la actividad.

LUGAR: Pistas de Tenis del Complejo Deportivo Jesús Domínguez "Grillo" de Los Cristianos.

FECHA DE CELEBRACIÓN: Meses de julio y agosto.

DÍAS: lunes y jueves o martes y viernes

HORARIOS POR EDADES: Las edades orientan en la inscripción para los distintos grupos, una vez inscritos el alumno pueden variar de turno en

Días	Horario	Edades
Lunes y jueves	De 10:00 a 10:50 horas	De 6 a 8 años
Lunes y jueves	De 10:50 a 11:40 horas	De 9 a 10 años
Lunes y jueves	De 11:40 a 12:30 horas	De 11 a 12 años
Lunes y jueves	De 17:00 a 17:50 horas	De 9 a 11 años
Martes y viernes	De 18:00 a 18:50 horas	De 11 a 13 años

INSCRIPCIÓN: A partir del 11 de junio, para niños que comienzan la actividad por primera vez. A partir del 20 de junio pueden inscribir niños que realizan la actividad en invierno si aun quedan plazas. En la Oficina de Información del Deportivo Jesús Domínguez "Grillo" de Los Cristianos, Avd. Chayofita, 12. Horario de atención al público de lunes a viernes de 7:30 a 22:00 horas, Sábados de 9:00 a 13:00 horas.

CUOTA: 20 € mensual.

NÚCLEO B: LAS GALLETAS.

PARTICIPANTES: A partir de 4 años.

LUGAR: Pistas de Tenis, Colegio Las Galletas

FECHA DE CELEBRACIÓN: Meses de julio y agosto.

DÍAS: lunes y miércoles, o martes y jueves.

HORARIO: Primer Turno: 17:00 a 18:00 horas
Segundo Turno: 18:00 a 19:00 horas
Tercer Turno: 19:00 a 20:00 horas

INSCRIPCIÓN: En la instalación de lunes a Jueves de 17:00 a 21:00 horas.

INFORMACIÓN: A través del teléfono: 637417907.



PATINAJE RECREATIVO

Se recomienda a quienes se inician en la práctica del patinaje de línea, perfeccionar su técnica o descubrir este deporte como una opción de ocio saludable. Es una propuesta para hacer del deporte tu mejor diversión.

OBJETIVOS: Iniciación en la actividad patinaje de línea y recreativo de una forma segura y con la orientación de monitores especializados.

PARTICIPANTES: De 4 a 16 años.

FECHA DE CELEBRACIÓN: Primer Cursillo: del 1 al 25 de julio. Segundo Cursillo: del 5 al 29 de agosto.

LUGAR HORARIO DE REALIZACIÓN:

LOS CRISTIANOS	Pista Exterior del Pabellón de los Cristianos	Miércoles y viernes de 10:00 a 11:00 horas
LAS GALLETAS	Pabellón de las Galletas	Martes y jueves de 16 a 17:00 horas

Los grupos se diseñarán según edad, nivel y la demanda.

MATERIAL: Deben llevar patines y protección (rodilleras y muñequeras).

INSCRIPCIÓN: Con el monitor, Tel: 686 600 853

CUOTA: 35 € por Cursillo, y 5 € de matrícula.

Ambos cursillos 60€.



PLAZAS LIMITADAS

PATINAJE ARTÍSTICO

No es necesario saber patinar. Ideal para los niños y niñas que les guste la danza y el deslizamiento. Este deporte conjuga técnicas arte, gimnasia, atletismo, música, coreografía, interpretación, mímica y baile.

OBJETIVOS: Iniciación a la especialidad deportiva de patinaje artístico.

PARTICIPANTES: A partir de 4 años.

FECHA DE CELEBRACIÓN: Primer Cursillo: del 1 al 25 de julio. Segundo cursillo: del 5 al 29 de agosto.

MATERIAL: Los participantes deben tener patines y protecciones.

INSCRIPCIÓN: Teléfono 686 600 853

HORARIO Y DÍAS DE CELEBRACIÓN:

LOS CRISTIANOS	Pista Exterior del Pabellón de los Cristianos	Miércoles y viernes de 18:30 a 19:30
LAS GALLETAS	Pabellón Municipal de las Galletas.	Martes y jueves de 17:00 a 18:00

CUOTA: 35€ por Cursillo, 5€ de matricula para ambos cursillos y ambos cursillos por 60€.



PLAZAS LIMITADAS

HOCKEY PISTA Y HOCKEY HIERBA

El Hockey Pista es una especialidad deportiva de iniciación a Hockey Hierba. En un espacio mas reducido se inicia el trabajo técnico de esta especialidad. Se trata de un deporte dinámico y presente en los juegos olímpicos, que comienza a dar los primeros pasos en nuestro municipio.

OBJETIVOS: Iniciación a la especialidad deportiva de Hockey Hierba a través del Hockey Pista.

PARTICIPANTES: De 7 a 16 años.

FECHA DE CELEBRACIÓN:

Meses de Julio y Agosto.

LUGAR: Pabellón Municipal de las Galletas.

Avd. Príncipe Felipe, s/n

HORARIO Y DÍAS DE CELEBRACIÓN: De Lunes a viernes de 15:00 a 16:00 horas

MATERIAL: El material lo aporta la actividad.

INSCRIPCIÓN: Directamente al monitor, telf: 617509431.

CUOTA: 10 € mensual y 5 € de matrícula.



PLAZAS LIMITADAS



PADEL

En esta actividad los participantes se iniciarán en las técnicas de este deporte, teniendo como principal virtud que con el dominio de los fundamentos básicos los alumnos podrán divertirse practicando este entretenido deporte.

OBJETIVOS: Iniciación a la especialidad deportiva.

PARTICIPANTES: De 8 a 12 años.

LUGAR: Pistas Municipales de Padel de Buzanada.

FECHA DE CELEBRACIÓN: Julio y hasta el 15 de agosto.

DÍAS: lunes y miércoles o martes y Jueves

HORARIOS POR EDADES:

Lunes y miércoles de 17:00 a 18:00 h. de 8 a 10 años

Martes y jueves de 17:00 a 18:00 h. de 11 a 12 años

INSCRIPCIÓN: A partir del 11 de junio en la Oficina de Información del Deportivo Jesús Domínguez "Grillo" de Los Cristianos.

CUOTA: 20 € mensual.



III CAMPAMENTO URBANOS DE VERANO

ACTIVIDADES PARA NIÑOS

Este campamento propiciará el desarrollo de habilidades sociales y disfrutar del deporte y el juego durante el verano con: Cursillo de Natación, Baloncesto, Fútbol Sala, Voleibol, Balonmano, Tenis, Bádminton, Jockey, Taller de Ciencia Divertida, Juegos en la Playa, Karaoke, Concursos, Clases de Informática (a partir de 6 años), Taller de Manualidades, entre muchas otras actividades.

INSCRIPCIÓN:

- 1º Turno: del 1 de mayo hasta el 26 de junio.
- 2º Turno: del 1 de mayo hasta el 11 de julio.
- 3º Turno: del 1 de mayo hasta el 4 de agosto.



PLAZAS LIMITADAS



7'30-9'00	Recepcion de los participantes
9'00-10'00	Actividades deportivas
10'00-10'30	Desayuno
10'30-11'30	Deportes alternativos
11'30-12'30	Piscina
12'30-13'30	Actividades culturales
13'30-14'00	Aseo. Recogida alumnos 13'30h
13'30-14'30	Almuerzo
14'30-16'00	Clases de apoyo, talleres artísticos y de ocio
16'00-16'30	Recogida

ALGUNAS OBSERVACIONES ORGANIZATIVAS:

Se ofrece servicio de Permanencia.

Si lo desean pueden suprimir la actividad de la piscina.

El precio incluye: monitores de tiempo libre, programa de actividades, desayuno, camiseta y diploma de participación.

Existen precios especiales para todo el verano, por hermanos y precios por semanas.

TURNOS Y CUOTAS:

Turno	Cuota	piscina	Fechas	Horario
1º	220€	+25€	30 junio-18 julio	8'30-16'30h
1º	140€	+25€	30 junio-18 julio	8'30-14'00h
2º	220€	+25€	21 julio-8 agosto	8'30-16'30h
2º	140€	+25€	21 julio-8 agosto	8'30-14'00h
3º	220€	+25€	11 agosto-29 agosto	8'30-16'30h
3º	140€	+25€	11 agosto-29 agosto	8'30-14'00h

Para mayor información consúltenos en info@rinonzon.com, en el móvil 645169865 o en la web www.rinonzon.com

GOLF

Orientado a la iniciación en el Golf, las clases se realizarán con un máximo de 5 niños para garantizar la calidad.

PARTICIPANTES:

De 6 a 16 años organizados en grupos de la misma edad o nivel.

LUGAR:

Campo de Golf "Las Américas."

telf: 922752005

FECHA DE CELEBRACIÓN:

Meses de junio y Julio.

HORARIO: de Lunes a Viernes de 11:00 a 13:00 y de 16 a 18 horas

INSCRIPCIÓN: En el propio Campo de Golf.

CUOTA: 15 € / hora



HÍPICA

La relación con los caballos hace de la hípica un deporte especial. Esta actividad da la oportunidad de practicar este deporte en unas excelentes instalaciones, donde se estimula en los niños el respeto al mundo animal a través del trato con sus monturas.

PARTICIPANTES: de 6 a 14 años.

LUGAR:

Centro Hípico del Sur, Buzanada.

FECHA DE CELEBRACIÓN:

Meses de julio y agosto.

DURACIÓN: Cada cursillo tiene una

duración de cuatro sesiones, de martes a jueves., en una misma semana.

HORARIO: Sesiones de una hora por la mañana.

INSCRIPCIÓN E INFORMACIÓN:

Centro Hípico del Sur, Buzanada al teléfono 922 720 643.

CUOTA: 30 € por cursillo.



CURSO DE SURF

LUGAR: Escuela de Surf K16. Las Palmeras. Calle Méjico local 12 Playa de las Américas.

PARTICIPANTES: de 8 a 16 años, residentes en canarias.

REQUISITOS PARTICIPANTES: Deben saber nadar y sumergirse correctamente.

Deben llevar una toalla, bañador, unas cholas y crema de protección solar.

FECHA DE CELEBRACIÓN: del 23 de junio al 5 de septiembre de 2008.

DURACIÓN: Cada cursillo tiene una duración de cinco días, con un total de 15 horas.

HORARIO: de lunes a viernes de 10:00 a 12:00 horas

INSCRIPCIÓN: En la Escuela de Surf K16, Centro Comercial Américas, local 12, Playa de las Américas o a través del teléfono 922798480.

CUOTA: 35 € semanales por alumno,



PLAZAS LIMITADAS
20 alumnos diarios.

SURF CAMP

LUGAR: Surf Project Tenerife. Playa Honda, Playa de las Américas, trasera hotel Las Palmeras. telf: 610 244 856

PARTICIPANTES: de 6 a 16 años, residentes en canarias.

REQUISITOS PARTICIPANTES: Deben saber nadar y sumergirse correctamente. Deben llevar ropa de baño y autorización de los padres.

DÍAS Y HORARIO: De lunes a viernes de 9:00 a 14:00 horas.

INSCRIPCIÓN: Surf Project Tenerife. Playa Honda, Playa de las Américas, trasera hotel Las Palmeras. Telf: 610 244 856, surfprojecttenerife@hotmail.com

INCLUYE:

- Curso de iniciación con material.
- Charlas de educación medioambiental.
- Taller de actividades.
- Snorkel.
- Picnic (bocata - bebida y frutas)
- Monitores profesionales
- Seguro de accidente.

CUOTA: 35€/día - 150€ por 5 días de Lunes a viernes.



CANARIAS BASKET CAMPUS

LUGAR:

Camping Nauta - Arona, Tenerife Sur

CONTENIDOS:

Entrenamientos de técnica individual por niveles

Entrenamientos específicos para la corrección individual de defectos

Entrenamientos del juego en equipo adaptados a cada edad

Competiciones de tiro individual y por parejas

Competiciones de tiros libres y de triples

Concursos de dominio de balón y de mates

Ligas de 1x1, de 3x3 y de 5x5



INSCRIPCIÓN:

A partir del lunes 2 de junio

TELÉFONO:

649 458 230

CORREO:

canariasbasketcampus@gmail.com

PRECIOS:

Externo: 180€ (de 9h a 21h con almuerzo y merienda)

Interno: 280€ (alojamiento en pensión completa)

Jugadores federados de los Clubes Telde y de Arona Basket Sur: 250€

PLAZAS LIMITADAS.



DEPORTES

ARONA

GIMNASIA EN LA PLAYA

La playa no es sólo lugar de encuentro y ocio. También es un escenario ideal para realizar actividad física. Esta actividad está dirigida a todos aquellos que desean realizar actividad física, principalmente para mantener o mejorar su salud de una forma amena y divertida.

PARTICIPANTES:

a partir de 17 años.

LUGAR:

Playa de Los Cristianos.

FECHA:

Julio y Agosto.

HORARIO (2 turnos):

De 08:00 a 09:00 horas

De 19:30 a 20:30 horas

INSCRIPCIÓN:

En la propia actividad.

CUOTA: Gratuita.



PONTE EN FORMA

El Estadio Antonio Domínguez, una magnífica instalación deportiva, es el escenario de esta actividad. En ella, se oferta diversos niveles de actividad física, según sean los objetivos de los participantes. Las tareas que propone el monitor especializado se adaptan al nivel de los usuarios, desde aquellos que hacen ejercicio con fines de salud o estéticos, hasta los que demandan un estado físico óptimo.

HORARIO: De lunes a viernes de 18:00 a 21:00, las sesiones tienen dos o tres frecuencias semanales de una hora de duración.

INSCRIPCIÓN: En el Estadio Antonio Domínguez, Avd. Arquitecto Gómez Cuesta, 17. Playa de las Américas, de lunes a viernes en horario de 9:00 a 14:00 horas y de 16:00 a 21:00 horas.

LUGAR: Estadio Antonio Domínguez, Avd. Arquitecto Gómez Cuesta, 17. Playa de las Américas.

PARTICIPANTES:

A partir de 18 años.

FECHA:

Julio y agosto.

CUOTA: Gratuita



NATACIÓN PARA ADULTOS

Los beneficios de la natación en la población joven y adulta son de sobra conocidos. Los usuarios eligen esta actividad por diversas razones, desde fortalecerse para evitar o mitigar problemas posturales, hasta mantenerse en forma a través de una actividad con baja incidencia de lesiones. Esta actividad abarca tres niveles, iniciación, flota y perfeccionamiento, de modo que los practicantes progresan de grupo a medida que alcanzan los objetivos de cada nivel.

PARTICIPANTES: A partir de 16 años.

LUGAR: Piscina del Complejo Deportivo Municipal Jesús Domínguez "Grillo" de Los Cristianos. Avd. Chayofita, 12, Los Cristianos.

FECHA DE CELEBRACIÓN: Meses de julio y agosto.

HORARIO:

1º Turno	De 07:30 a 08:30 h.	6º Turno	De 18:30 a 19:30 horas
2º Turno	De 08:30 a 09:30 h.	7º Turno	De 19:30 a 20:30 horas
3º Turno	De 09:30 a 10:30 h.	8º Turno	De 20:30 a 21:30 horas
4º Turno	De 13:30 a 14:30 h.	9º Turno	De 21:30 a 22:30 horas
5º Turno	De 14:30 a 15:30 h.		

INSCRIPCIÓN:

En la Oficina de Información del Complejo Deportivo Municipal Jesús Domínguez "Grillo" de Los Cristianos, en horario de 07:30 a 22:00 horas de lunes a viernes y de 09:00 a 13:00 horas los sábados.

CUOTA: 35 € el primer mes de iniciación y 25 €/mes en los niveles de iniciación, flota y perfeccionamiento.



ARONA AVENTURA

La naturaleza es un entorno único para disfrutar de la actividad física. Los deportes de aventuras pretenden convertir los obstáculos del medio natural en un reto para los participantes. Esta actividad cuenta con monitores especializados que guían a los usuarios a superar las dificultades que el medio les ofrece, siempre respetando el entorno y haciendo un uso sano y sostenible de nuestra naturaleza.

PARTICIPANTES: A partir de 16 años.

PLAZAS: Existe un número mínimo para poder realizarse. También existe un número máximo de plazas por actividad, en caso de superarse, la organización se reserva la posibilidad de convocar con otra fecha la actividad demanda para dar cabida a los usuarios que no accedan y queden en lista de espera.

INSCRIPCIÓN: Dirigirse a Team Factory, en el teléfono: 922 775 863 y el fax: 922 775 865.

LA INSCRIPCIÓN SE CIERRA 3 DÍAS ANTES DE CADA ACTIVIDAD, siendo el límite el martes anterior a realizarse.



PLAZAS LIMITADAS



Actividad	Primer Turno	Segundo Turno
Senderismo Barranco de Masca	Sábado 12 de Julio	Sábado 9 de Agosto
Descenso Barranco de Ifonche	Sábado 19 de Julio	Sábado 16 de Agosto
Descenso Barranco Los Carrizales	Sábado 26 de Julio	Sábado 23 de Agosto
Mountain Bike - Ruta Izaña A Vilaflor	Sábado 2 de Agosto	-



DEPORTES

ARONA

ARONA AVENTURA ...

Descenso Barranco Los de Masca.

En esta excursión realizaremos el descenso del barranco de Masca, acompañados de dos guías monitores que irán comentando la flora y fauna del barranco. Al llegar a la playa podrán disfrutar de un baño y descanso. Seguidamente serán recogidos por barco, donde comeremos una paella y realizaremos una observación de cetáceos, para terminar en el puerto de Los Gigantes.

FECHAS DE CELEBRACIÓN: Sábado 12 de julio y sábado 9 de agosto.

LUGAR: Barranco de Masca.

CUOTA: 39 €, Incluye: Monitores, comida,

PLAZAS LIMITADAS



Descenso Barranco de Ifonche (Arona)

En esta excursión realizaremos un descenso formado por varios rapel con diferentes dificultades. Ideal para iniciación.

GRUPO: máximo 15 personas.

FECHA DE CELEBRACIÓN: Sábado 19 de julio y sábado 16 de agosto.

CUOTA: 32 €, Incluye: monitores, material, y seguros.

Actividad subvencionada por el Patronato de Deportes del Ayuntamiento de Arona.

Descenso Barranco Los Carrizales.

En esta excursión realizaremos un descenso formado por varios rapel y saltos a posetas de agua.

Al finalizar llegaremos a la playa de Los Carrizales, donde serán recogidos por zodiac y llevados hasta el Puerto Santiago.

GRUPO: máximo 15 personas.

FECHA DE CELEBRACIÓN: Sábado 26 de julio y sábado 23 de agosto.

CUOTA: 42 €, Incluye: monitores, material, transporte, barco y seguros.

Mountain Bike Ruta Izaña a Vilaflor.

Se pueden ofrecer diferentes rutas.

Las bicicletas están equipadas con suspensión delantera.

La ruta que se puede hacer es salida desde Izaña y llegada al Vilaflor.

FECHA DE CELEBRACIÓN: Sábado 2 de agosto.

CUOTA: 29,50 €, Incluye: monitores, transporte, bicicleta de montaña y

BOLA CANARIA

La bola canaria es una especialidad deportiva que convoca a muchos participantes. La playa es uno de los lugares preferidos en verano para disfrutar del ocio, por ello, se promociona este deporte tradicional que puede ser practicado por un sector amplio de la población.

PARTICIPANTES: A partir de 16 años.

LUGAR: Playa de Los Cristianos.

FECHA DE CELEBRACIÓN: Meses de julio y agosto.

HORARIO: Viernes de 18:00 a 19:30 horas

INSCRIPCIÓN: En la propia actividad.

CUOTA: Gratuita.



BOXEO

El boxeo es una especialidad deportiva con mucha tradición. A través de esta actividad los participantes descubren un deporte muy completo, siendo adecuado para los niveles de iniciación y perfeccionamiento.

PARTICIPANTES: de 16 años en adelante.

FECHA DE CELEBRACIÓN: Meses de junio a septiembre.

NÚCLEO DE CABO BLANCO

LUGAR: Gimnasio de Boxeo del Terrero de Lucha de Cabo Blanco.

DÍAS Y HORARIO: De lunes a viernes de 17:00 a 21:00 horas

INSCRIPCIÓN: En el propio Gimnasio en el horario de la actividad.

CUOTA: Gratuita.



NÚCLEO DE PLAYA DE LAS AMÉRICAS

LUGAR: Gimnasio de Boxeo Arona del Estadio Antonio Domínguez de Playa de las Américas.

DÍAS Y HORARIO: De lunes a Viernes de 9:00 a 22:00 horas en distintos turnos.

INSCRIPCIÓN: En el propio Gimnasio en el horario de la actividad.



TENIS

El Tenis es una de las actividades deportivas preferidas para ocupar el tiempo de ocio. Para poder disfrutar de esta especialidad es aconsejable aprender a través de un monitor, ya que se consigue adelantar el aprendizaje y con ello alcanzar el suficiente nivel para practicar tenis y divertirse.

NÚCLEO A: LOS CRISTIANOS.



PARTICIPANTES: A partir de 16 años.

LUGAR: Pistas de Tenis del Complejo Deportivo Jesús Domínguez "Grillo" de Los Cristianos.

FECHA DE CELEBRACIÓN: Meses de julio y agosto.

DÍAS: lunes y jueves, o martes y viernes.

HORARIO:

Días Horario

Lunes y jueves De 18:00 a 19:00 horas

Lunes y jueves De 19:00 a 20:00 horas

Lunes y jueves De 20:00 a 21:00 horas

Martes y Viernes De 19:00 a 20:00 horas

Martes y Viernes De 20:00 a 21:00 horas

INSCRIPCIÓN: En la Oficina de información del Deportivo Jesús Domínguez "Grillo" de Los Cristianos, Avd. Chayofita, 12. Horario: de 7:30 a 22:00 horas..

CUOTA: 25 € mensual.

PLAZAS LIMITADAS.

NÚCLEO B: LAS GALLETAS.



PARTICIPANTES: A partir de 16 años.

LUGAR: Pistas de Tenis Colegio de Las Galletas.

FECHA: Meses de julio y agosto.

DÍAS: lunes y miércoles, o martes y jueves.

HORARIO:

Primer Turno: 20:00 a 21:00 horas

Segundo Turno: 21:00 a 22:00 horas

INSCRIPCIÓN:

Directamente en la instalación de lunes a jueves de 17:00 a 21:00 horas.

INFORMACIÓN: teléfono: 637417907.



MINI CURSOS DE VELA

Actividad diseñada como primer contacto para jóvenes y adultos a la especialidad náutica de vela. Permite iniciarse en los fundamentos de la vela, disfrutando de las condiciones óptimas que ofrece la bahía de Los Cristianos para este nivel.

PARTICIPANTES: A partir de 16 años. Es imprescindible saber nadar.

LUGAR: Escuela Municipal de Vela, en la Playa de Los Cristianos.

FECHA DE CELEBRACIÓN: Meses de julio y agosto.

DURACIÓN: Cada minicurso tiene una duración de cinco días, celebrándose de lunes a viernes.

HORARIO: De lunes a viernes,
Primer Turno: 12:00 a 13:00 horas
Segundo Turno: 13:00 a 14:00 horas

INSCRIPCIÓN:

En la Escuela Municipal de Vela o a través del teléfono 610 801 200.

GRUPOS:

Máximo 5 alumnos por grupo. Los participantes sólo podrán realizar 1 minicurso.

CUOTA: 6 €.

Otras modalidades náuticas: La Escuela Municipal de Vela oferta además para este verano las siguientes actividades, tales como Curso de Vela para adultos y curso de Windsurf.

PLAZAS LIMITADAS.



PATINAJE RECREATIVO

Patinar es una experiencia única. Es divertido, emocionante y puede participar toda la familia. Se adapta a cualquier posibilidad física y no importa la edad que tengas para comenzar a practicarlo. Además de una actividad lúdica, su práctica habitual aporta los mismos beneficios aeróbicos que el footing, haciendo trabajar al corazón y pulmones; ejerce gran actividad muscular sobre abdominales, caderas, muslos y glúteos; los brazos y los hombros se fortalecen; aumenta la elasticidad de las articulaciones y se queman unas 300 calorías por cada media hora de ejercicio; además evade la mente, relaja y ayuda al descanso.

PARTICIPANTES: A partir de 16 años.

LUGAR: Pista Exterior del Pabellón de Los Cristianos.

FECHA DE CELEBRACIÓN:

1er Cursillo: del 1 al 25 de Julio

2º Cursillo: del 5 al 29 de Agosto

HORARIO: miércoles y viernes de 19:30 a 20:30.

INSCRIPCIÓN: Directamente al monitor.

Tfn: 686600853

MATERIAL: El alumno debe aportar los Patines (de línea preferentemente) y protección de muñecas y rodillas de forma obligatoria.

CUOTA: 35 € por Cursillo y 5 € de matrícula (abarca los dos cursillos), Ambos cursillos 60€.

PLAZAS LIMITADAS



GOLF

Orientado a la iniciación en el Golf, las clases se realizarán con un máximo de 5 personas para garantizar la calidad.

LUGAR: Campo de Golf "Las Américas."

tef: 922752005

FECHA DE CELEBRACIÓN:

Meses de junio y Julio.

HORARIO: de lunes a Viernes de 11:00 a 13:00 y de 16 a 18 horas

INSCRIPCIÓN:

En el propio Campo de Golf.

CUOTA: 20 € / hora



ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA TERCERA EDAD

Esta actividad es una continuación del programa de actividad física adaptada que se desarrolla durante el año en los distintos centros de mayores del municipio. Aprovechando el periodo estival se traslada la actividad a un entorno más adecuado, la playa. Nuestros mayores disfrutan de las bondades de la práctica de ejercicios, tanto para mejorar su autonomía como medio de recreo.

PARTICIPANTES: Tercera Edad.

LUGAR: Playa de Las Vistas.

FECHA DE CELEBRACIÓN: Meses de Julio y Agosto.

DÍAS DE CELEBRACIÓN: martes y jueves.

HORARIO: Salida del transporte de los distintos barrios a las 8:00 h.

INSCRIPCIÓN: En los Centros de la Tercera Edad a través de la monitora.

CUOTA: Gratuita.



NATACIÓN PARA NIÑOS

Dentro de los Cursillos de Natación para niños, el Patronato de Deportes del Ayuntamiento de Arona dispone de dos grupos de natación para discapacitados. A través de un monitor especializado se presta una atención orientada a que los participantes consigan mejorar sus niveles de autonomía en el medio acuático.

PARTICIPANTES: Niños y niñas discapacitados entre 4 y 16 años.

LUGAR: Piscina de Los Cristianos, en el Complejo Deportivo Municipal Jesús Domínguez "Grillo". Avd. Chayofita, 12, Los Cristianos.

FECHA DE CELEBRACIÓN: Primer Cursillo: mes de julio. Segundo Cursillo: mes de agosto.

HORARIO: de lunes a Viernes: Primer Turno: 16:30 a 17:30

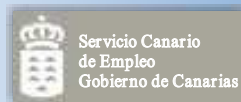
Segundo Turno: 17:30 a 18:30

INSCRIPCIÓN: en la Oficina de Información del Deportivo Jesús Domínguez "Grillo" de Los Cristianos, Avd. Chayofita, 12. Horario: de 7:30 a 22:00 horas.

CUOTA: 10 € cada Cursillo.



CURSO DE MONITOR DEPORTIVO



Orientado a la formación de los futuros monitores deportivos de la actividad física. En alumno adquiere los conocimientos y las habilidades necesarias para poder conducir procesos de enseñanza de diversas especialidades deportivas. Además de los contenidos teóricos que soportan las metodologías que el alumno debe dominar, cuenta con contenidos prácticos que completan la formación imprescindible para desarrollar esta labor.

REQUISITOS: Estar desempleado y poseer la tarjeta de demandante de empleo.

LUGAR: Complejo deportivo Jesús Domínguez "Grillo" de los Cristianos.

DURACIÓN: 300 HORAS

FECHA: A partir de julio.

INSCRIPCIÓN: Servicio Telefónico 012

ORGANIZA: Concejalía de Promoción Económica y Empleo del Ayuntamiento de Arona.

COLABORA: Patronato de Deportes del Ayuntamiento de Arona

CUOTA: gratuito

PLAZAS LIMITADAS

CURSO DE SOCORRISTA ACUÁTICO



Para todos aquellos interesados en formarse como socorristas acuáticos, este curso cuenta con diversas materias, entre ellas, primeros auxilios, técnicas de rescate, natación, prevención de riesgos y botiquín. Toda la materia se imparte con clases teóricas y prácticas..

REQUISITOS: Estar desempleado y poseer la tarjeta de demandante de empleo.

LUGAR: Complejo deportivo Jesús Domínguez "Grillo" de los Cristianos.

DURACIÓN: 300 HORAS

FECHA: A partir de julio.

INSCRIPCIÓN: Servicio Telefónico 012

ORGANIZA:

Concejalía de Promoción Económica y Empleo del Ayuntamiento de Arona.

COLABORA: Patronato de Deportes del Ayuntamiento de Arona

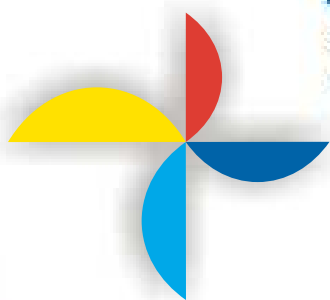
CUOTA: gratuito

PLAZAS LIMITADAS

Para cualquier
información puede llamar al
**Servicio de Atención
Telefónica del Ayuntamiento
de Arona:**
teléfono 010 ó 922761600

O acudir a la
Oficina de Información del
Complejo Deportivo Jesús
Domínguez "Grillo" de Los
Cristianos:

Avenida Chayofita, nº12
Pabellón de Deportes
Los Cristianos
tfno: 922792916



DEPORTES

ARONA



Caja Canarias

deportes@arona.org
www.arona.org